vhs

Landkreis Diepholz

Programm

Februar - August 2013

Semesterschwerpunkt

Unsere Welt - eine für alle

www.vhs-diepholz.de

vhs

Die Volkshochschulen

Thomas Hermenau

Liebe Leserin, lieber Leser,

kennen Sie nicht auch das Gefühl, sich etwas Neuem zuwenden zu wollen, um sich neue Horizonte zu eröffnen?

Haben Sie dabei nicht auch schon mal das Bedürfnis verspürt, etwas Anderes als das Gewohnte zu tun?

Sind Sie neugierig auf Erfahrungen, die Ihre Bildungsbiographie bereichern und Ihnen persönlich bedeutsam werden können?

Dann haben Sie den ersten Schritt schon unternommen, indem Sie das neue VHS-Programm zur Hand genommen haben.

Die traditionell breite Palette der VHS-Angebote bietet für (fast) jeden etwas Passendes. Ob Sprachen, EDV, berufliche Bildung, Gesundheit und Bewegung, kulturelle Bildung oder aktuelle Themen zu Gesellschaft, Politik oder Umwelt – hier werden Sie sicherlich fündig werden. Neben bewährten Formaten bieten wir in jedem Semester neue Angebote an, dabei spüren wir Entwicklungen nach und bereichern das Programm mit dem, was zu unserem Selbstverständnis als *der* kommunalen Bildungseinrichtung passt.

Übrigens: In einer breit angelegten Studie im Auftrag des Verbandes der Ersatzkassen e.V. (vdek) wurden die Gesundheitseffekte der Stressbewältigungsangebote der VHS eindrucksvoll bestätigt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer äußerten eine hohe Veranstaltungszufriedenheit. Die Kurse hatten eine gute Wirksamkeit von kleiner bis mittlerer, teilweise großer Effektstärke für die erhobenen Gesundheitsindikatoren (gesundheitsbezogene Lebensqualität, subjektive Gesundheit sowie ausgewählte psychische und körperliche Beschwerden). Dabei blieben die Wirkungen auch drei Monate nach Kursende fast unvermindert stabil.

Liebe Männer – warum sind bei der eindrucksvollen Faktenlage nur 10 % der Teilnehmenden in Gesundheitskursen männlich? Ich bin der Meinung, dass wir nachziehen sollten. Vielleicht überzeugt Sie Arthur Schopenhauer, der in seinen Aphorismen zur Lebensweisheit ausführt: „Überhaupt aber beruhen neunzehntel unseres Glücks allein auf der Gesundheit. Mit ihr wird Alles eine Quelle des Genusses: hingegen ist ohne sie kein äußeres Gut, welcher Art es auch sei, genießbar (...). Hieraus aber folgt, dass die größte aller Torheiten ist, seine Gesundheit aufzuopfern, für was es auch sei, für Erwerb, für Beförderung, für Gelehrsamkeit, für Ruhm, geschweige für Wollust und flüchtige Genüsse: vielmehr soll man ihr Alles nachsetzen.“

Mit dem Semesterschwerpunkt „Unsere Welt – eine für alle“ beschließen wir unsere sechssemestrige Reihe, die über Heimat, Europa, nun die ganze Welt in den Blick nimmt. Wir haben vielfältige, sehr unterschiedliche Angebote für Sie aufbereitet. Besonders aufmerksam machen möchte ich Sie auf unsere zentrale Vortragsveranstaltung am 14.03.2013 mit dem Titel „Menschenwürde und Menschenrechte. Auf dem Wege zur gerechteren ‚einen Welt‘“, mit Prof. Dr. Sandkühler. Ich freue mich auf die Diskussion, zu der ich Sie, auch beim anschließenden kleinen Imbiss, schon jetzt einlade.

Ihr

Thomas Hermenau

vhs

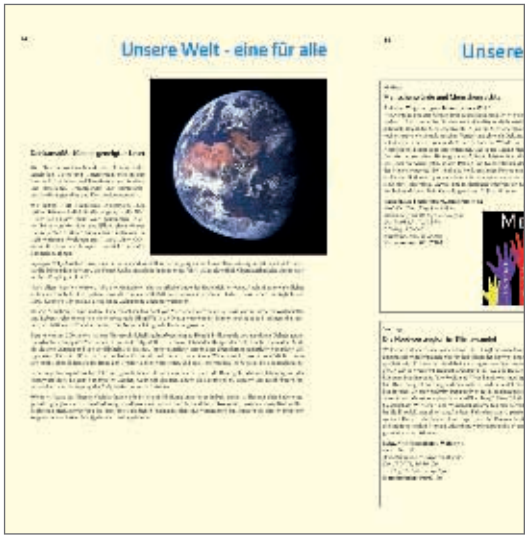
Die Volkshochschulen

Service

Mitarbeiter/Mitarbeiterinnen	4
Sekretariat	5
Arbeitsstellenleitungen	6
Leitbild der VHS	7
Die Freudenburg	8
Kreismedienzentrum	9
Kreismusikschule	10
Kreismuseum	12
Benachbarte Volkshochschulen	25
vhsConcept	96, 97
Anmelden, bezahlen, teilnehmen ...	268
Gremien der VHS	269
Inserentenliste, Impressum	269
Anmeldeformular	270
Stichwortverzeichnis	271

Veranstaltungsübersichten

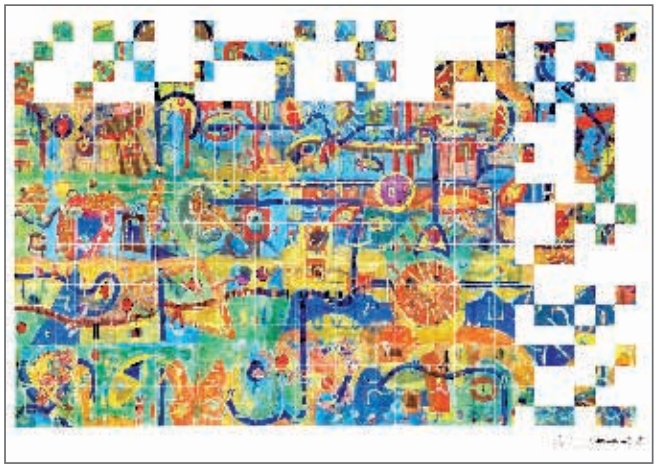
Bildungsurlaub	20
Studienreisen, Exkursionen	21
Vorträge, Lesungen	22
Ausstellungen	25
Bassum	26
Bruchhausen-Vilsen	29
Diepholzer Land	42
• Barnstorf	34
• Diepholz	34, 35
• Lemförde	35, 39
• Rehden	35, 39
• Wagenfeld	35, 39
Stuhr	40
Sulinger Land - Kirchdorf/Varrel, Schwaförden, Siedenburg, Sulingen	47
Syke	50
Twistringen	54
Weyhe	58



1 Gesellschaft 63

Bürgerschaftliches Engagement, Agenda 21	64
Miteinander leben, Prävention, Integration, Interkulturelle Bildung	66
Junge VHS	68
Politik, Fragen der Zeit, Geschichtswerkstätten, Heimatforschung	70
Deutschland, Europa und die Eine Welt	78
Andere Länder - Kulturen, Geschichte	80
Technik, Naturwissenschaften	84
Umwelt, Ökologie	85
Wirtschaft, Finanzen, Recht	90
Frühkindliche Bildung und Entwicklung: Familie, Kindertagespflege, Kindergarten, Fortbildungen	92
Rhetorik, Kommunikation, Selbsterfahrung	103
Philosophie, Religion	109
Sonstige Veranstaltungen	110

Qualifizierte Weiterbildung in der VHS



Die VHS ist qualitätszertifiziert nach LQW (Lernerorientierte Qualität in der Weiterbildung).

Sonderseiten
Informationen und Veranstaltungen zum Thema „Unsere Welt - eine für alle“ Seite 14

3 Gesundheitsbildung 151

Gesundheitsbildung an der VHS	152
Gesundheit aktuell	154
Demenz-, Psych. Erkrankungen	154
Gesundheitsbildung, Gedächtnistraining	155
Autogenes Training	162
Qi Gong, Taijiquan	163, 165
Yoga	166
Wege zur Entspannung	172
Bewegung und Fitness	175
Kochen, Essen, Ernährung	185

5 Arbeit und Beruf 227

Xpert Europäischer Computerpass	229
EDV-Einführung, Windows	230
Mac und Apple	237
Windows, MS Office	234, 238
Weitere Anwendungen, Auto-CAD	245
Internet, Webseiten-Erstellung	247
Digitale Fotografie	250
Unternehmensführung, Buchführung, Rechnungswesen, SAP	252
Umgang mit dem Handy	254
Schreibtechnik	255

2 Kulturelle Bildung 115

Sommer-Akademie	116
Ausstellungen	120
Literatur, Theater	121
Kunstgeschichte, Bildende Kunst, Musik	126
Zeichnen	130
Aquarell-Malerei	131
Acryl-Malerei	132
Öl-Malerei	135
Kalligraphie, Papier-Arbeiten	136
Stein-, Flechtarbeiten, Schmieden	137
Töpfern	140
Fotografie	140
Tanz	144
Textiles Gestalten, Nähen, Mode	145

4 Sprachen 195

Europäischer Referenzrahmen	196
Allgemeine Hinweise	198
Chinesisch, Dänisch	199
Plattdeutsch	200
Gebärdensprache	202
Deutsch als Zweit-/Fremdsprache	203
Englisch	207
Finnisch, Französisch	216
Griechisch, Italienisch	218
Japanisch, Lettisch	220
Niederländisch, Norwegisch	220
Polnisch	221
Portugiesisch, Brasilianisches Port.	221
Russisch, Schwedisch	222
Spanisch	223
Türkisch	226

6 Grundbildung, Schulabschlüsse

2. Bildungsweg	258
Schulabschlüsse	261
Z-Kurse, Offene Hochschule, Lernförderung	262, 263
Lesen, Schreiben und Rechnen	265

0 Qualifizierung (BNVHS) 257

Allgemeine Informationen	257
Weiterbildungszentrum	257

Anmeldung
Tel. 04242 976-4444
Fax 04242 976-4942
E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de
www.vhs-diepholz.de

Sommer-Akademie

im Seminar- und Tagungshaus „Die Freudenburg“ in Bassum

19.07. - 09.08.2013

Informationen auf Seite 116

UNSER TEAM IN DER GESCHÄFTSSTELLE

Mo. - Do.
09:00 - 12:00 Uhr
14:00 - 16:00 Uhr

Fr.
09:00 - 12:30 Uhr

Leitung der VHS

Pädagogischer Leiter
Thomas Hermenau **04242 976-4122**

Kaufmännischer Leiter
Siegmar Peukert **04242 976-4081**

Stellv. pädagogischer Leiter
Michael Knaup **04242 976-4074**

Gesellschaft

Frank Jakob **04242 976-4005**

Kindertagespflege
Ilse Hollenberg 04242 976-1916

Frühkindliche Bildung
Heidrun Hilgemeier 04242 976-1917

Kulturelle Bildung

Jutta Witte **04242 976-4067**

Gesundheitsbildung

Ilse Hollenberg **04242 976-1916**

Sprachen

Heide Sanders **04242 976-4073**

Deutsch als Fremd- und Zweitsprache
Dr. Radosveta Hofmann 04242 976-4009

Arbeit und Beruf

Michael Knaup **04242 976-4074**

Grundbildung, Schulabschlüsse, Projekte

Ewald Fiedler **04242 976-4076**

Elementarbildung, Alphabetisierung
Jutta Witte 04242 976-4067

Verwaltung und Organisation

Sekretariat
Birgit Lange 04242 976-4075

Rechnungswesen
Hildegard Eylers 04242 976-4097
Carsten Duveneck 04242 976-4070

Organisation und Verwaltung
Sabine Hanisch 04242 976-4003
Sarah Hinrichs 04242 976-4095
Anne-Marijke Treptow 04242 976-4071
Nicole Peukert 04242 976-1921
Ilona Platz 04242 976-4096
Renate Kozlowski 04242 976-4072

Programmheftgestaltung, Internet
Thomas Lagies 04242 976-4098

Seminar- und Tagungshaus Die Freudenburg

Service-Team 04241 9311-0
Anja Albers, Liesel Heusmann, Katja Kuntze
Fax 04241-9311-11
E-Mail: freudenburg@vhs-diepholz.de
www.freudenburg-bassum.de

VHS des Landkreises Diepholz

E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de
www.vhs-diepholz.de

Anmeldung

Tel. 04242 976-4444
Fax 04242 976-4942
E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de
www.vhs-diepholz.de

Sämtliche Anmeldungen - soweit im Programm nicht anders genannt - erfolgen zentral. Schriftliche Anmeldungen richten Sie bitte an das Sekretariat der VHS, Nienburger Str. 5, 28857 Syke.

Anmeldezeit:

- Mo. - Do. 9:00 - 12:00 und 14:00 - 16:00 Uhr
- Fr. 9:00 - 12:30 Uhr

In der **Hauptanmeldezeit** bis Ende Februar verlängern wir unsere Öffnungszeiten und haben zusätzliche Telefonleitungen geschaltet:

- Mo. - Mi. bis 17:00 Uhr
- Do. bis 19:00 Uhr
- Fr. bis 13:00 Uhr

Haben Sie bitte Verständnis, wenn unsere Telefonanlage trotzdem manchmal überlastet sein sollte. Nutzen Sie deshalb auch die schriftliche Form der Anmeldung (**per Fax, E-Mail und über das Internet**). Wenn Sie sich schriftlich anmelden, erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.

Unser Service für Sie

Gern senden wir Ihnen das Programmheft gegen eine Gebühr von € 2,50 per Post zu.

Allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern an Bildungsurlaubsseminaren und an der Sommer-Akademie schicken wir automatisch das Bildungsurlaubs-Programm der Niedersächsischen Volkshochschulen für das kommende Jahr.

Mitarbeiter/-innenfortbildung
Informationen für neue Dozentinnen und Dozenten,

Um ein möglichst umfassendes und qualitativ hochwertiges Angebot zur Mitarbeiterfortbildung für unsere Kursleitenden, aber auch alle anderen Mitarbeiter/-innen, vorhalten zu können, bieten wir sowohl VHS-interne als auch regionale Fortbildungen an. Darüber hinaus empfehlen wir die kontinuierlichen Fortbildungsangebote der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung in Niedersachsen, deren Programm Sie bei uns erhalten oder unter www.aewb-nds.de abrufen können.

Einführung neuer Dozenten/Dozentinnen

Wir laden Sie herzlich ein zu einem Treffen „Einführung in die Arbeit bei der VHS“:

Freitag, 18.01.2013 - 16:00 Uhr
VHS, Waldstraße 1
28857 Syke

Bitte melden Sie sich an:
Tel. 04242 976-4075
Fax 04242 976-4942
vhs@vhs-diepholz.de

Sekretariat

Birgit Lange

Nienburger Str. 5, 28857 Syke

Tel. 04242 976-4075
Fax 04242 976-4942
E-Mail vhs@vhs-diepholz.de

Öffnungszeiten:

Mo. - Do. 09:00 - 12:30 Uhr
14:00 - 16:00 Uhr

Fr. 09:00 - 12:30 Uhr

Bankverbindung

Kreissparkasse Syke
Kto 111 0044 888
BLZ 291 517 00

Rechnungswesen

Hildegard Eylers
Tel. 04242 976-4097
hildegard.eylers@vhs-diepholz.de

Carsten Duveneck
Tel. 04242 976-4070
carsten.duveneck@vhs-diepholz.de

Leitung der VHS

Thomas Hermenau
Pädagogischer Leiter
Tel. 04242 976-4122
thomas.hermenau@vhs-diepholz.de

Siegmar Peukert
Kaufmännischer Leiter
Tel. 04242 976-4081
siegmar.peukert@vhs-diepholz.de

Michael Knaup
Stellv. pädagogischer Leiter
Tel. 04242 976-4074
michael.knaup@vhs-diepholz.de

Die Arbeitsstellenleitungen auf einen Blick

Ort	Arbeitsstelle	Leitung	Telefon	Seite
SG Barnstorf	Barnstorf, Drebber	Christiane Roth	05442 80952	34
Stadt Bassum	Bassum	Bernd-Fred Heyne	04241 971499	26
SG Bruchh.-Vilsen	Bruchhausen-Vilsen, Schwarme / Martfeld	Gunda Manke	04252 4427	29
Stadt Diepholz	Diepholz	Doris Hermenau	05441 6315	34
SG Kirchdorf	Kirchdorf/Varrel	Gerhard Kropf	04274 675	46
SG Altes Amt Lemförde	Lemförde	Sabine Hacke	05447 341	35
SG Rehden	Rehden	Dieter Plaggemeyer	05446 4012	35
SG Schwaförden	Schwaförden	Sabine Rasper	04245 267	46
SG Siedenburg	Siedenburg	Wolfram von Königslöw	04276 386	46
Gemeinde Stuhr	Heiligenrode, Stuhr / Moordeich / Varrel	Christa Hopfgarten	0421 562311	40
	Brinkum, Seckenhausen	Belinda Schomann	0421 8775100	40
Stadt Sulingen	Sulingen	Anette Sander	04271 1745	46
Stadt Syke	Syke	Konrad Fröhlich	04242 50856	49
		Hannelore Turner	04242 84599	49
		Helma Evers	04242 7522	49
Stadt Twistringen	Twistringen	Hedwig Harms	04243 2416	54
Gemeinde Wagenfeld	Wagenfeld, Ströhen	Manfred Kuhn	05444 1300	35
Gemeinde Weyhe	Weyhe	Meike Lahusen	0171 1446942	57
		Birgit Struthoff	0421 892207	57

Die ehrenamtlich tätigen VHS-Arbeitsstellenleiterinnen und Arbeitsstellenleiter für den Nord- und Südkreis.

Präambel

Unsere VHS ist *die* kommunale Erwachsenenbildungseinrichtung des Landkreises Diepholz. Wir stehen in der Tradition der europäischen Aufklärung und der öffentlich verantworteten Erwachsenenbildung.

Unser Auftrag und unsere Aufgaben

Im Landkreis Diepholz organisieren wir Bildungsangebote flächendeckend und arbeiten vernetzt mit anderen Organisationen. Wir ermöglichen durch Bildung im Rahmen der kommunalen Daseinsvorsorge eine bessere Teilhabe am kulturellen, gesellschaftlichen und beruflichen Leben.

Unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Zu uns kommen Interessierte, die in der VHS Fertigkeiten erwerben, ihre Fähigkeiten erweitern, sich Wissen aneignen wollen. Andere möchten sich über aktuelle politische Fragen informieren, sich gesellschaftlich auseinandersetzen, ihre Handlungskompetenz steigern. Sie suchen soziale Kontakte, wollen sich beruflich weiterqualifizieren, ihre Gesundheit fördern, kreativ tätig sein oder sich kulturell und allgemein weiterbilden.

Öffentliche Institutionen, Unternehmen, soziale Einrichtungen, Initiativen, Vereine und Selbsthilfegruppen zählen als Auftraggeber zu unseren Kunden.

Gelungenes Lernen an unserer VHS

Lernenwollen setzt voraus, dass ein Interesse vorhanden ist, persönliche Ausgangssituationen zu verbessern. Lernen ist immer eine Leistung des Einzelnen und bedeutet Veränderung. Lernen kann gelernt werden.

Wir bieten als Lernumfeld erwachsenengerechte Bildungsstätten, fachlich- und sozialkompetente Lehrende sowie die Unterstützung durch die Lerngruppe.

Die Erweiterung der persönlichen, fachlichen, kreativen und sozialen Kompetenzen der Teilnehmenden steht dabei im Mittelpunkt. Lernen bezeichnen wir als gelungen, wenn das Erlernte nachhaltig die Persönlichkeit der Teilnehmenden stärkt und/oder ihre Lebensqualität verbessert.

Für eine Reihe von Veranstaltungen können die Lernergebnisse unmittelbar überprüft und durch interne oder externe Testierungen zertifiziert werden.

Unser Angebot

- Wir unterbreiten für alle Bevölkerungsgruppen Lernangebote in den Fachbereichen Gesellschaft (Politik, Geschichte, Pädagogik, Psychologie, Ökologie, Naturwissenschaften), Kulturelle Bildung, Gesundheitsbildung, Sprachen, Arbeit und Beruf sowie Grundbildung und Schulabschlüsse. Wir führen diese Bildungsangebote in verschiedenen Veranstaltungsformen durch.
  Dafür stehen uns erwachsenengerechte Weiterbildungsstätten an verschiedenen Orten des Landkreises Diepholz zur Verfügung.
- Wir betreiben das Seminar- und Tagungshaus „Die Freudenburg“ in Bassum.
- Wir bieten zielgruppenspezifische Veranstaltungen in Form von „Bildung auf Bestellung“ für öffentliche Einrichtungen, Einzelpersonen und Unternehmen.
- Wir kooperieren mit verschiedenen Institutionen sowie Vereinen und nehmen die pädagogische Verantwortung wahr.
- Wir organisieren Begegnungen mit anderen Kulturen bei uns und in anderen Ländern.
- Wir arbeiten mit qualifizierten Lehrenden und bilden sie fort.
- Wir beraten in allen Fragen der Erwachsenen- und Weiterbildung.

Unser Selbstverständnis und unsere Ziele

- Unsere Arbeit richten wir an den Bildungsbedürfnissen der Erwachsenen aus.
- Wir mindern Bildungsbenachteiligungen.
- Wir unterstützen die freie Entfaltung der Persönlichkeit.
- Wir fördern Gemeinwohl und Demokratie sowie bürgerschaftliches Engagement.
- Wir engagieren uns im Dialog der Generationen.
- Wir fühlen uns dem Gendermainstreaming (Geschlechtergerechtigkeit) verpflichtet.
- Wir erkennen die Vielfalt von Lebenswelten an, fördern interkulturelles Lernen und tragen dazu bei, gesellschaftliche Inklusion zu ermöglichen.
- Wir machen Werteveränderungen in der Gesellschaft bewusst und ermöglichen dadurch Orientierung.
- Wir arbeiten aufgabenorientiert und engagiert.
- Wir gehen mit den uns zur Verfügung stehenden Ressourcen verantwortlich und nachhaltig um.
- Wir garantieren Verbraucher/-innenschutz.

An den Prinzipien einer „lernenden Organisation“ wollen wir uns messen lassen: Unter anderem unterziehen wir uns dazu regelmäßig einer Qualitätsüberprüfung durch externe Gutachter, um unsere Arbeit und unsere Angebote zu optimieren. Langfristig bauen wir unsere Rolle als dem Gemeinwohl verpflichtete Bildungspartnerin für Politik, Wirtschaft, Verwaltung, andere Organisationen, Einrichtungen, Vereine und Einzelpersonen aus.

Dafür benötigen wir eine nachhaltige Finanzierung und eine Einbindung in die kommunale Selbstverwaltung.

Geschichte der Freudenburg

Die Tagungsstätte „Die Freudenburg" entstand 1990 - 93 in den Gebäuden des Amtshauses von ca. 1730 und der Amtsschreiberei (16. Jahrhundert) des Amtes Freudenberg. Die verbliebenen Amtsgebäude stehen innerhalb der historischen Befestigungen (Wall und Graben) des früheren Schlosses Freudenberg, das um 1290 als Vogteifeste der Grafen von Oldenburg-Bruchhausen neben dem hochadligen Damenstift Bassum (gegr. um 860) errichtet worden war und später in den Besitz verschiedener Landesherren gelangte. Von der mittelalterlichen Feste ist östlich des Hofes noch die backsteingotische Amtsstube (das sog. Verlies) aus dem 14. Jahrhundert erhalten.

Das Tagungshaus

Die Freudenburg bietet nach der im September 2009 abgeschlossenen Erweiterung Veranstaltungsraum für ca. 90 Personen. Für Übernachtungen stehen 24 Zimmer mit 36 Betten zur Verfügung. Alle Zimmer mit Dusche, WC, TV und Internetzugang. Zur Ausstattung des Hauses gehören 5 Tagungsräume, eine kleine Bibliothek sowie ein Medienraum.

Wir sind assoziiertes Mitglied im Arbeitskreis deutscher Bildungsstätten (AdB). Außerdem sind wir Unterstützer von Slow-Food und orientieren uns an der Slow-Food-Idee auch in der Praxis.

Neben unserem Bildungsangebot bieten wir externen Anbietern freie Termine für Tagungen, Seminar- und andere Fortbildungsveranstaltungen an. Auf Anfrage schicken wir Ihnen unseren Hausprospekt mit Preisangaben zu. Weitere Informationen finden Sie unter www.freudenburg-bassum.de.

Service-Team der Freudenburg:
Liesel Heusmann, Anja Albers, Katja Kuntze (v. l.)

Anmeldung,
Reservierung und Information:

Die Freudenburg
Amtsfreiheit 1 a
27211 Bassum

Telefon 04241-9311-0
Telefax 04241-9311-11

E-Mail: freudenburg@vhs-diepholz.de
www.freudenburg-bassum.de

AdB
Arbeitskreis deutscher Bildungsstätten e.V.

Wir unterstützen
Slow Food®
Deutschland e.V.
2013
... weil unser Engagement nicht am Tellerrand aufhört.

Seminar- und Tagungshaus
Die Freudenburg

Das Medienzentrum

des Landkreises Diepholz mit den Standorten Diepholz und Syke

Das Medienzentrum ist eine Einrichtung des Landkreises Diepholz und bietet allen Schulen, Kindergärten und außerschulischen Bildungseinrichtungen sowie eingetragenen Vereinen ein umfangreiches Angebot an kostenlosen Dienstleistungen in allen Bereichen des audio-visuellen Medieneinsatzes und Verleihs.

... für den Nordkreis

La-Chartre-Str. 11, 28857 Syke

Öffnungszeiten

Mo. - Fr.	07:30 - 12:00 Uhr
Mo., Di., Do.	14:00 - 16:00 Uhr

Telefon

Verleih	04242 976-4711/4712
Technik	04242 976-4710
Fax	04242 976-4718

Internet www.mz-lkdh.de

... für den Südkreis

Mediothek Diepholz

Thouarsstr. 19, 49356 Diepholz

Öffnungszeiten

Mo. und Di.	07:30 - 17:00 Uhr
Mi.	07:30 - 13:00 Uhr
Do.	07:30 - 19:00 Uhr
Fr.	07:30 - 13:00 Uhr

Telefon	05441 99594-0
Internet	www.mediothek-diepholz.de

Mediothek Diepholz

Landkreis Diepholz

KreisMusikSchule
des Landkreises Diepholz

Musik von Anfang an . . .

Elementarunterricht
Eltern/Kind, Früherziehung

Musik in der Schule
Bläser, Blockflöte, Gitarre, Keyboard, Percussion, Streicher

Musik in der Gruppe
Vokal- und Instrumentalunterricht in Gruppen ab 2

Begabtenförderung
Förderangebot, Studienvorbereitung

Gemeinsam musizieren
Orchester und Ensembles

Konzerte und Veranstaltungen
fordern Sie unsere Broschüre an

Wir sind eine VdM-Musikschule:
Unser Angebot entspricht dem Strukturplan für Musikschulen.
Wir nehmen bildungs-, kultur-, jugend- und sozialpolitische Aufgaben wahr.
Ein sorgfältig abgestimmtes Ausbildungskonzept sichert qualifizierten
und kontinuierlichen Unterricht. Alle Lehrkräfte haben eine musikalische Fachausbildung.

Schnupperkurse für alle Altersgruppen:

10 Probierstunden

10 X 30 Min. Einzelunterricht für 99 Euro

Probier Klavier

10 Probierstunden Klavier je 30 Min., Einzelunterricht für 99 Euro

Probier Keyboard

10 Probierstunden Keyboard je 30 Min., Einzelunterricht für 99 Euro

Probier Akkordeon

10 Probierstunden Akkordeon je 30 Min., Einzelunterricht für 99 Euro

---

Ein Angebot der Kreismusikschule des Landkreises Diepholz zum Einstieg für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Auf Anfrage ist für alle Probierangebote eventuell auch Gruppenunterricht möglich.

Weitere Informationen erhalten Sie bei der Kreismusikschule des Landkreises Diepholz, Telefon 04242/ 976-4147 und -4148. Sie werden von den Mitarbeiterinnen zu möglichen Orten und Zeiten individuell beraten.

KreisMusikSchule
des Landkreises Diepholz

Neue Angebote für Erwachsene

jeweils 10 Abende ab Februar 2013

Spaß mit Rhythmus

Mit spielerischen Übungen nähern wir uns der Vielfalt der Perkussionsinstrumente und ihrer Rhythmusfiguren. Neben Übungen über Bewegung und Stimme wird es eine Einführung in die Spielweise verschiedener Trommeln (Bongo, Conga und Djembe) und Perkussionsinstrumente geben. Der Kurs richtet sich sowohl an Lehrer/innen und Erzieher/innen, die neue Erfahrungen und Anregungen für ihre Arbeit mit Kindern suchen, als auch an Menschen, die einfach Spaß am Trommeln und am Rhythmus haben.
Dozent:Thomas Schwenen, Ort: Musikschule **Syke**, La-Chartre-Straße, Teilnehmerzahl 8-20 Personen, jeweils **Montag** 19.00 - 20.00 Uhr, 10 Abende, Beginn: 18.02.2013, Kosten: bei 8 - 12 TN 60,00 € pro TN, bei 13 - 20 TN 50,00 €.

Marmor, Stein und Eisen bricht, nur unsere Gitarre nicht!

Oldies und Hits singen und mit Gitarre begleiten. Für alle Junggebliebenen und die, die meinen, da war doch noch was. Musizierkreis von 8 bis 12 Teilnehmer(-innen) zum Singen und Gitarre spielen, zum neu Erlernen oder Auffrischen. Klavierspieler/innen, Keyboarder/innen, Bassist/innen und Drummer/innen mit Grundkenntnissen sind ebenfalls herzlich willkommen.
Dozenten:Gilles Geu und Jörg Kuffel, Ort: Gymnasium **Sulingen**, Schmelingstr., Raum 15, Teilnehmerzahl 8-12 Personen jeweils **Dienstag** 19.00 - 20.00 Uhr, 10 Abende, Beginn: 19.02.2013, Kosten: 99,00 € pro TN.

Einführung in die Liedbegleitung auf der Gitarre

Dieser Kurs möchte die ersten Schritte in die Welt der Liedbegleitung aufzeigen und Ihnen Wege des eigenen Fortschreitens ermöglichen. Zum Inhalt gehören grundlegende Akkorde und Anschläge und grundlegende harmonische und rhythmische Übungen, Liedbegleitung von Kinderliedern und einfachen Evergreens. Der Kurs richtet sich an Erzieherinnen und Erzieher im Kindergarten, Grundschullehrerinnen und Lehrer und interessierte Musikliebhaber, die eine einfache Liedbegleitung auf der Gitarre kennen lernen möchten.
Dozenten:Thomas Schwenen und Thomas Smerlowski, Ort: Musikschule **Syke**, La-Chartre-Straße, Teilnehmerzahl 8-12 Personen, jeweils **Dienstag** 19.00 - 20.00 Uhr, 10 Abende, Beginn: 19.02.2013, Kosten: 99.00 € pro TN.

Liedbegleitung am Klavier für Erwachsene

In diesem Kurs werden die Grundlagen des Liedspiels und der Liedbegleitung am Klavier vermittelt. Der Kurs richtet sich an Klavierspieler/innen jeden Alters. Zur Teilnahme sind geringfügige Vorkenntnisse des Klavierspiels erforderlich. Interessenten sollten Noten im Bass- und Violinschlüssel lesen und leichte zweistimmige Stücke auf dem Klavier spielen können.
Dozentin: Ruth Engelke, Ort: Musikschule **Sulingen**, Schmelingstr., Teilnehmerzahl 4-5 Personen
jeweils **Montag** 19.45 - 20.45 Uhr, 10 Abende, Beginn: 18.02.2013, Kosten: 99.00 € pro TN.

Singen von Oldies, Shanties und Evergreens

Der Kurs bietet die Möglichkeit, über das Singen alter und neuer Lieder ein gemeinschaftliches Musizieren zu erleben. Fast schon vergessene Evergreens werden ebenso gemeinsam erarbeitet wie unvergängliche Oldies oder von den TN selbst mitgebrachte Wunschlieder. Das ein- und zweistimmige Singen der Lieder steht im Vordergrund. Die instrumentale Begleitung übernehmen die Dozenten und wer sich fit genug fühlt, kann auch selbst ein Instrument mitbringen.
Dozenten:Ursula Bederke und Hans Bernhard Brümmer-Dahmen, Ort: KGS **Kirchweyhe**, Hauptstr. 99, Teilnehmerzahl 8-12 Personen, jeweils **Donnerstag** 19.30 - 20.30 Uhr, 10 Abende, Beginn: 21.02.2013, Kosten: 99,00 € pro TN.

Für alle Kurse ist eine **schriftliche Anmeldung erforderlich**, Anmeldeschluss jeweils 7 Tage vor Beginn des jeweiligen Kurses. Während der Schulferien und an gesetzlichen Feiertagen findet kein Kurs statt, die verbleibenden Termine verlängern sich dadurch automatisch um eine weitere Woche. Anmeldeformulare können bei der Kreismusikschule des Landkreises Diepholz, Amtshof 3, telefonisch unter 04242/976-4143, per Fax unter 04242/976-4940 oder per Mail über musikschule@diepholz.de angefordert oder unter www.kreismusikschule-diepholz.de herunter geladen werden.

KreisMusikSchule
des Landkreises Diepholz

Amtshof 3 28857 Syke
Tel. 04242 976-4143
oder 05441 976-4143
musikschule@diepholz.de
www.kreismusikschule-diepholz.de

KREISMUSEUM SYKE

Aktionen und Veranstaltungen Januar - August 2013

01.01.2013, 15:00 Uhr
Neujahrshörnchen backen am offenen Herdfeuer mit den historischen Geräten für Kinder, Eltern und Großeltern und alle die mögen. Ohne Anmeldung. Nur Museumseintritt.

13.01.2013, 14:00 - 17:00 Uhr
Kinderkunstnachmittag mit der Kinderwerkschule und dem Verein Kunst in der Provinz. Nur Museumseintritt.

15.01.2012, 16:00 - 17:30 Uhr
Gesprächskreis Magda Ventzke. Wir Kriegs- und Nachkriegskinder. In Kooperation mit der VHS. Kostenfrei. An jedem dritten Dienstag im Monat.

19.01.2013, 15:00 Uhr
Eröffnung der Ausstellung Sport, Spiel, Spaß. Geschichte des Sports in den Landkreisen Diepholz und Vechta.

20.01.2013, 11.00 - 17:00 Uhr
Winteraktionstag mit Backtag. Es gibt zahlreiche Handwerksvorführungen und Mitmachaktionen. Tante-Emma-Laden, Kaffee rösten, Buttern, Brezel, kleine Dosen mit Stoff bekleben, Marmeladengläser bemalen.

25.01.2013, 19:00 Uhr
Gartenvortrag. In Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft Gartenkunst und Gartenkultur.

10.02.2013, 15:00 Uhr
Führung Dr. Ralf Vogeding durch die Ausstellung „Sport, Spiel, Spaß- Geschichte des Sports in den Landkreisen Vechta und Diepholz. Museumseintritt

16.02.2013, 10:00 - 16:00 Uhr
Obstbaumschnitt- Seminar mit Dr. Dankwart Seipp. 35,00 € inkl. Kaffee und Mittagessen. Anmeldung 04242 2527 oder info@kreismuseum-syke.de.

17.02.2013, 11.00 - 17:00 Uhr
Textiler Markt mit Backtag. Über 20 textile Angebote, hinzu kommen viele Aktionen und Mitmachaktivitäten rund um Nadel und Faden. Kinderwerkschule mit Anke Nesemann.Tante- Emma-Laden, Addi-Express, Winddrachen bauen, weben mit Stoffresten, Handytaschen aus Filz nähen.

19.02.2013, 16:00 - 17:30 Uhr
Gesprächskreis Magda Ventzke. Wir Kriegs- und Nachkriegskinder. In Kooperation mit der VHS. Kostenfrei. An jedem dritten Dienstag im Monat.

22.02.2013, 19:00 Uhr
Gartenvortrag. In Zusammenarbeit mit der Arbeitsgemeinschaft Gartenkunst und Gartenkultur.

23.02.2013, 20:00 Uhr
„Een Överraschen is to minn“. Gaunerkomödie von Peter Buchholz, in Plattdeutsche übersetzt von Arnold Preuß. Theaterwerkstatt Syke, Premiere

24.02.2013, 16:00 Uhr
03.03.2013, 16:00 Uhr
06.03.2013, 20:00 Uhr
10.03.2013, 16:00 Uhr
16.03.2013, 20:00 Uhr
17.03.2013, 16:00 Uhr
„Een Överraschen is to minn“. Gaunerkomödie von Peter Buchholz, in Plattdeutsche übersetzt von Arnold Preuß. Theaterwerkstatt Syke

27.02.2013, 15:00 Uhr
Literarische Reise in Syke: Matthias Stührwoldt liest am Herdfeuer „Gassi gahn!“ im Rahmen von Syke liest. Kosten inkl. Kaffee und Kuchen 8,00 €. Kartenvorverkauf beim Kreismuseum, bei der Buchhandlung Schüttert sowie bei der Stadtbibliothek.

02.03.2013, 10:00 - 17:00 Uhr
Das alte Dorf: Hof und Acker, Wald und Weide in Niedersachsen vor 1800
in Kooperation mit der VHS, dem Kreisheimatbund Diepholz, Buchhandlung Schüttert sowie der Stadtbibliothek. Kosten inkl. Kaffee und Kuchen 35,00 €. Anmeldung unter 04242 2527 oder info@kreismuseum-syke.de.

09.03.2013, 14:30 - 16:30 Uhr
Generationsübergreifendes Angebot: Musikinstrumente basteln aus Joghurtbechern, Papptellern, Kronkorken u.a..für Kinder, Eltern u.Großeltern. Kosten 2,50 Euro p.P. Anmeldung unter 04242 2527 oder info@kreismuseum-syke.de

16.03.2013, 14:00 - 19:00 Uhr
17.03.2013, 11:00 - 18:00 Uhr
Handarbeitsausstellung der Arbeitsgemeinschaft „Hilfe für Euch“. Die Handarbeiten werden im ehemaligen Ostpreußen von dort lebenden Deutschen hergestellt. Der Erlös kommt der Versorgung bedürftiger Menschen dort zugute.

19.03.2013, 16:00 - 17:30 Uhr
Gesprächskreis Magda Ventzke. Wir Kriegs- und Nachkriegskinder. In Kooperation mit der VHS. Kostenfrei. An jedem dritten Dienstag im Monat.

20.03.2013, 15:00 Uhr
Snack op Platt „He snackt as`n Book“. Heimatkundliche und plattdeutsche Schriften. Mit Führung durch die Bibliothek des Kreismuseums mit Ralf Vogeding und Traute Dittmann. In Kooperation mit der VHS. Anmeldung unter 04242 2527 oder info@kreismuseum-syke.de. Kosten incl. Kaffee und Butterkuchen 5,00 €.

24.03.2013, 11:00 - 18:00 Uhr
Wurste- und Schlachtetag mit Backtag und vielen Vorführungen und Mitmachaktionen. Tante-Emma-Laden, Brezel, buttern + melken, Kartoffelpuffer mit Apfelmus.

27.03.2013, 14:00 - 17:00 Uhr
Ferienaktionsnachmittag mit verschiedenen Mitmachaktivitäten. Tante- Emma-Laden, Muffins backen, Schule früher, Nagelbilder gestalten.

30.03.2013, 15:00 Uhr
Reich bebilderter Vortrag von Dr. Ralf Vogeding zur Geschichte des Sports im Landkreis Diepholz von 1870-heute. Kosten inkl. Kaffee und Kuchen 5,00 €. In Kooperation mit der VHS. Anmeldung unter 04242 2527 oder info@kreismuseum-syke.de.

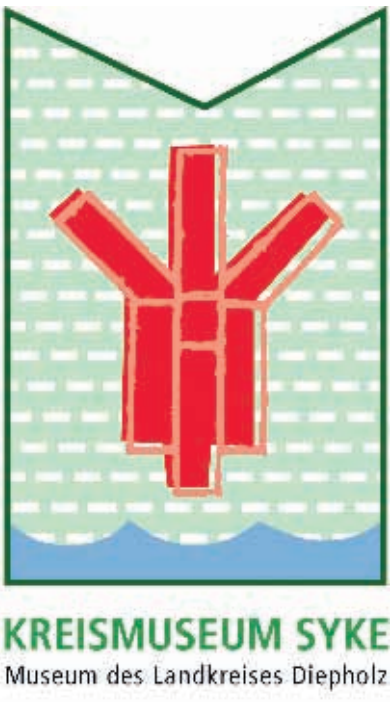
05.04.2013, 20:00 Uhr
Spaßparade, in Zusammenarbeit mit der Mediengruppe Kreiszeitung. Bekannte Comedians zeigen ihre Kunst. Einlass ab 18.00 Uhr, Eintritt 14,00 €. Karten unter 04242 2527 oder info@kreismuseum-syke.de.

07.04.2013, 15:00 Uhr
Plattdeutsches mit dem Didi-Doktor. Mit Kaffee und Kuchen, Kosten: 7,00 €. In Kooperation mit der VHS. Anmeldung unter 04242 2527 oder info@kreismuseum-syke.de

13.04.2013, 15:00 Uhr
Sport- und Tanzveranstaltung zur Ausstellung Sport, Spiel, Spaß- zur Geschichte des Sports in den Landkreisen Vechta und Diepholz. Kosten inkl. Kaffee und Kuchen 7,00 €. Anmeldung unter 04242 2527 oder info@kreismuseum-syke.de.

13.04.2013, 11:00 - 15:30 Uhr
14.04.2013, 11:00 - 14:00 Uhr
Mosaik-Workshop. In Kooperation mit der VHS. Kosten 33,00 € inkl. Kaffee und Kuchen. Anmeldung unter 04242 976-4444.

21.04.2013, 11:00 - 18:00 Uhr
Familiensporttag. Zahlreiche Mitmachaktionen drinnen und draußen für kleine und große Sportfans. Sommergarten, Geflügelbratwurst



Herrlichkeit 65, 28857 Syke
Tel. 04242 2527, Fax 04242 3118
E-Mail: info@kreismuseum-syke.de

Öffnungszeiten:
Di - Fr 14:00 - 17:00 Uhr, Sa 14:00 - 18:00 Uhr
Sonn- und Feiertage 10:00 - 18:00 Uhr

Besuch von Klassen, Gruppen
sowie Führungen nach Vereinbarung

28.04.2013, 11:00 - 18:00 Uhr
Frühlingsmarkt mit Backtag und Pflanzenflohmarkt. Schmieden, Kinderwerkschule mit Anke Nesemann. Tante-Emma-Laden, Brezel, buttern, Tontöpfe bemalen und bepflanzen, Masken bemalen. Pferdewagenfahrten 14:00 + 15:00 Uhr. Nach vorheriger Anmeldung direkt bei J. Lindhoff unter 04242 1293.

04./05.05.2013, jeweils 10:00 - 16:00 Uhr
Keramikworkshop mit Sabine Kratzer für Anfänger und Fortgeschrittene. In Kooperation mit der VHS. Kosten inkl. Kaffee und Kuchen 120,00 €. Anmeldung 04242 976-4444

04./05.05.2013, jeweils 10:00 - 17:00 Uhr
Schmiedeseminar mit Peter Steinke. In Kooperation mit der VHS. Kosten 60,00 inkl.Kaffee und Kuchen. Anmeldung 04242 976-4444

11./12.05.2013, jeweils 10:00 - 18:00 Uhr
Korbflechtseminar mit Hanswerner Kirschmann. In Kooperation mit der VHS. Kosten 55,00 € inkl. Kaffee und Kuchen. Anmeldung unter 04242 976-4444.

12.05.2013, 10:00 - 18:00 Uhr
Internationaler Museumstag. Eintritt frei. 14.30 Uhr Hufschmied. Pferdewagenfahrten 14:00 + 15:00 Uhr. Nach vorheriger Anmeldung direkt bei J.Lindhoff unter 04242 1293.

16.05.2013, 15:00 Uhr
Snack op Platt. School vör hunnert Johr in der Schulklasse des Kindermuseums. In Kooperation mit der VHS. Anmeldung unter 04242 2527 oder info@kreismuseum-syke.de. Kosten incl. Kaffee und Butterkuchen 5,00 €.

25.05.2013, 11.00
Festveranstaltung 75 Jahre Kreismuseum Syke

25.05.2013, ab 14:00 Uhr
Museumsfest mit Backtag und zahlreichen Aktionen. Seilgarten.Hüpfburg. Carstens Kinderkarussel. Eiswagen. 15:00 Uhr „Arrested Amtsbrüder“ im Sommergarten. Majanne Behrens: Schattentheater in ihrem Tante-Emma-Wagen. Kräuterschilder aus Schiefer basteln, buttern. Kinderwerkschule mit Anke Nesemann. Eintritt frei.

25./26.05.2013, jeweils 10:00 - 17:00 Uhr
Schmiedeseminar mit Peter Steinke. In Kooperation mit der VHS. Kosten 60,00 € inkl. Kaffee und Kuchen. Anmeldung 04242 976-4444

26.05.2013, 10:00-18.00
Museumsfest mit Backtag, Musik und zahlreichen Aktionen. Seilgarten. Hüpfburg. Carstens Kinderkarussel. Eiswagen. Tante-Emma-Laden, Brezel, Fliesenmalerei, Mosaike auf Dosen gestalten. Kinderwerkschule mit Anke Nesemann. Pferdewagenfahrten durch das Friedeholz 14:00 + 15:00 Uhr kostenfrei und ohne Anmeldung.

01. und 02.06.2013
Festival Jazz Folk Bike

01.06.2013, 9:00 - 20:15 Uhr
02.06.2013, 09:00 - 14:00 Uhr
Klöppeln für Anfänger/-innen. Dozentin Angelika Küker. In Zusammenarbeit mit der VHS. Anmeldung unter 04242 976-4444. Kosten 50,00 € (Kleingruppe 60,00 €) incl. Material, Kaffee und Kuchen. Sämtliches Klöppel-Material wird gegen eine Kostenpauschale von 15,00 € zur Verfügung gestellt.

09.06.2013, 10:00 - 17:00 Uhr
Filzen mit Marion Frenzel. Tagesseminar, in Kooperation mit der VHS. Kosten 26,00 inkl. Kaffee und Kuchen. Anmeldung unter 04242 976-4444.

16.06.2013, 10:00 - 18.00 Uhr
Handwerkertag mit Backtag und Mitmachaktionen, Schmieden, Tante-Emma-Laden, Kränze binden, Windräder basteln. Angebote zu Wald und Wasser im Krendel und an der Hache. Landesziegenschau des Landesverbandes Niedersächsischer Ziegenzüchter e.V..

23.06.2013, 11:00 - 18.00 Uhr
Kunsthandwerkermarkt mit Backtag. Über 100 Stände drinnen und draußen. Kinderwerkschule mit Anke Nesemann. Tante-Emma-Laden, Brezel, Armbänder basteln, Haarbänder filzen. Pferdewagenfahrten 14:00 + 15:00 Uhr. Nach vorheriger Anmeldung direkt bei J. Lindhoff unter 04242 1293.

06.07.2013, 14:30 - 16:30 Uhr
Generationsübergreifendes Angebot: Süße Leckereien aus Kräutern herstellen, Schokokekse mit Minze, Lavendelgebäck, Salbeibonbons u. a. Für Kinder, Eltern u. Großeltern. In Kooperation mit der VHS. Kosten 2,50 € p.P. Anmeldung unter 04242 2527 oder info@kreismuseum-syke.de

11.08.2013, 15:00 Uhr
GartenKultur-Musikfestival. Duo Acoustic Coulours mit südamerikanischer Musik, Swing und Klassik Hits

17.08.2013, 11.00 - 18:00 Uhr
18.08.2013, 10:00 - 17:00 Uhr
Mittelaltermarkt mit Backtag. Leben und Handwerk wie in der Wikingerzeit 800-1000 n. Chr.

25.08.2013, 15:00 Uhr
Führung durch die Ausstellung „Zwischen Feldarbeit und Badespaß. Das Leben der Kinder und Jugendlichen im Sommer zwischen Weser und Hunte 1920 - 1970“.

30.08.2013, 15:00 Uhr
Reich bebilderter Vortrag von Dr. Ralf Vogeding zur Ausstellung „Zwischen Feldarbeit und Badespaß. Das Leben der Kinder und Jugendlichen im Sommer zwischen Weser und Hunte 1920-1970“. In Kooperation mit der VHS. Kosten inkl. Kaffee und Kuchen 5,00 €. Anmeldung unter 04242 2527 oder info@kreismuseum-syke.de.

Unsere Welt - eine für alle

Denkanstöße für den geneigten Leser

Wer über die Welt nachdenkt, dem kommt wahrscheinlich Vieles und Unterschiedliches in den Sinn – Erfreuliches und Unerfreuliches, Schönes und Hässliches, Ermutigendes und Entmutigendes, Hoffnungsvolles und Desillusionierendes ...

Wir haben Kurt Tucholskys Ausspruch, „Die größte Sehenswürdigkeit, die es gibt, ist die Welt – sieh sie dir an“, beim Wort genommen. In einer Reihe von Vorträgen und Bilderreisen können Sie in fremde Kulturen eintauchen. Entdecken Sie weit entfernte Regionen (fast) ganz ohne CO_2-Ausstoß, denn wir bringen Eindrücke aus den Ländern zu Ihnen.

Apropos CO_2-Ausstoß – wer sich bei seiner individuellen Beteiligung an der Umweltzerstörung selbst beschränkt, dem ist die Dimension bewusst, die Franz Kafka anspricht, indem er ausführt: „Das eigentlich Charakteristische dieser Welt ist ihre Vergänglichkeit.“

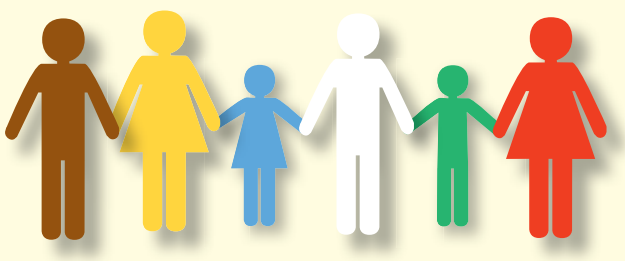
Nach allem was wir wissen, wird die Menschheit das natürliche Ende der Erde nicht erleben. Auch ohne menschliches Zutun wird sich das Ökosystem vermutlich in ca. 500 Millionen Jahren so verändert haben, dass Leben unmöglich sein wird. Könnten wir uns auf diese lange Zeitspanne doch nur verlassen!

Unsere Situation ist eine andere: Einer wachsenden Zahl von Menschen wird bewusst, dass wir mit unserer Wirtschafts- und Lebensweise unendlich viele irreparable Eingriffe in die Natur vornehmen. Immer noch gibt es Stimmen, die meinen, wir hätten ein Recht auf unsere die Natur schädigende Handlungsweise.

Bereits vor gut 200 Jahren hat der Philosoph Schelling in Absetzung zu Hegels Philosophie des absoluten Geistes gegen die Absolutsetzung des Menschen in Freiheit festgestellt: „Hieraus entsteht der Hunger der Selbstsucht, die in dem Maß, als sie vom Ganzen und von der Einheit sich lossagt, immer dürftiger, ärmer, aber eben darum begieriger, hungriger, giftiger wird. Es ist im Bösen der sich selbst aufzehrende und immer vernichtende Widerspruch, dass es creatürlich zu werden strebt, eben indem es das Band der Creatürlichkeit vernichtet, und aus Uebermuth alles zu seyn, ins Nichtsein fällt.“

Schellings Naturphilosophie lehrt uns gerade heute, dass es um das existierende Band geht, das uns lebendig mit der Natur verbindet. Es kann nur erhalten werden, wenn wir uns nicht gegen die Natur stellen, sondern uns aus ihr begreifen, ist sie doch die Bedingung der Möglichkeit unserer Existenz.

Wenn wir kurz das Thema Nachhaltigkeit mit Blick auf Ökologie angerissen haben, dann ist dies nur eine Facette gegenwärtiger globaler Herausforderungen – denken wir nur an die Themenfelder Ökonomie, Soziales sowie Kulturelles. Bleibende Herausforderung ist, dass uns Geschichte insgesamt nicht nur vorgegeben ist, sondern als sittlich-praktisch zu gestaltende Zukunftsaufgabe auch aufgegeben ist.



Unsere Welt - eine für alle

Vortrag

Menschenwürde und Menschenrechte

Auf dem Wege zur gerechteren „einen Welt“
Die Achtung und der Schutz ihrer Würde kommt allen Menschen zu - den Bürgern der einen Welt. Aber die Menschenwürde wird verletzt. Noch immer ist die eine Welt eine ökonomisch, sozial und politisch zerrissene Welt. Die wichtigste Antwort darauf ist das internationale Recht der Menschenrechte. Auch die Menschernrechte werden verletzt. Doch ihre universelle, die Welt auf dem Wege zu einer rechtsstaatlichen demokratischen Verfassung einende Geltung wird hierdurch nicht gemindert. Die Menschenrechts-Gerichtsbarkeit gewährt inzwischen in hohem Maße den Schutz der Würde und der Rechte der Menschen. Doch die Kenntnis der individuell einklagbaren Rechte hinkt hinter dem Erreichten her. Wer seine Rechte nicht kennt, kann sie auch nicht schützen.
Der Vortrag soll einen Beitrag zur Aufklärung leisten: über die Menschenrechtsentwicklung seit 1945 und seit den Nürnberger Prozessen, über die wichtigsten, in den Pakten und Konventionen der Vereinten Nationen und in Europa weit über die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte (1948) hinaus konkretisierten Rechte und über Tendenzen des Kulturrelativismus, die Universalität der Menschenrechte - z. B. durch regionale islamische, arabische und asiatische Menschenrechtserklärungen - zu unterlaufen. Der Weg zur einen Welt stößt auf Hindernisse. Gewalt und militärische Intervention führen nicht weiter. Die eine Welt muss eine Welt der Menschenwürde, Freiheit und Gleichheit, Gerechtigkeit und Solidarität sein.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Prof. Dr. Hans Jörg Sandkühler
Um Anmeldung wird gebeten.
Do, 14.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
entgeltfrei, inkl. kl. Imbiss
Kursnummer: 00107105

Vortrag

Die Nordwestregion im Klimawandel

Weltweit verändert sich unser Klima. Die Fähigkeit, sich dem Klimawandel anzupassen wird entscheidend für den Erhalt der Umwelt und unserer Lebensqualität sein. Erforderlich ist dabei auch regionales Denken und Handeln. Wie gehen wir in Nordwest-Deutschland damit um, welche Herausforderungen kommen überhaupt auf die Region zu? Was kann, was muss getan werden?
Der Referent geht auf Fragen dieser Art ein, und berichtet dabei aus dem Verbundprojekt „Nordwest2050. Perspektiven für klimaangepasste Innovationsprozesse in der Metropolregion Bremen-Oldenburg“. Etwa 50 Vertreter von Politik, Gesellschaft, Wirtschaft und Wissenschaft arbeiten hier derzeit zusammen. Ziel ist die Entwicklung eines langfristigen Fahrplans zur Anpassung an den Klimawandel. Dieser Fahrplan wird aufzeigen, wie die Risiken des Klimawandels für die Metropolregion Bremen-Oldenburg verringert und sich ergebende Chancen genutzt werden können.

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Heiko Garrelts
Do, 11.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 00107106

Unsere Welt - eine für alle

Wir sind Europa - Globalisierung und kulturelle Identität

am Beispiel der Hansestädte Riga und Bremen
An diesen vier Seminartagen werden wir das Erarbeitete zum Thema „Globalisierung und kulturelle Identität“ auf der internationalenden Ebene diskutieren und vertiefen. Hauptaugenmerk werden die beiden Hansestädte Riga und Bremen sein. Diese Städte prägen zwei Heimatorte der Jugendlichen, die unmittelbar an jene Städte angrenzend wohnen. Der deutsche Heimatort Brinkum wird dieses Jahr 950 Jahre alt. Riga ist für das Jahr 2014 zur Kulturhauptstadt erklärt worden und dies sind gute Gründe, sich mit der Historie der beiden Orte zu beschäftigen. Jugendliche aus Polen, Lettland, Estland und Deutschland werden an diesem Projekt teilnehmen.
Sommerferienprojekt von Do. 27.06. - So. 30.06.13 jeweils 10:00 - 16:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8092672

Stuhr-Brinkum, Kulturverein „Granatapfel“ e. V., Bremer Str. 28
Katja Schauland
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 27.06.13, 10:00 Uhr
4 U-Tage, 32 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03102011

Aktuelle Weltpolitik

Die europäische Staatenwelt: Geschichte - Politik - Kultur

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Josef Guter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 9:00 Uhr
5 U-Tage, 40 U-Std., 194,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00102001

Vortrag

Warum die Entwicklungshilfe in Afrika gescheitert ist

in Kooperation mit der Stadt Twistringen und dem Förderverein Stadbücherei e. V.
Große Armut, gigantische Abhängigkeiten: Falsche Entwicklungshilfe behindert die Eigeninitiative in Afrika. Das System muss dringend reformiert werden. Denn Menschen werden zur Untüchtigkeit erzogen - und die Industrieländer haben aus Partnern Bettler gemacht.
Kurt Gerhardt war von 1968 bis Ende 2007 Journalist im WDR-Hörfunk. Als früherer Landesbeauftragter des Deutschen Entwicklungsdienstes (DED) im westafrikanischen Niger kennt er die Problematik der Afrikahilfe aus eigener Anschauung.

Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Kurt Gerhardt
Di, 12.03.13, 19:30 Uhr
entgeltfrei
Kursnummer: 24110001

Vortrag

Von Eisbergen und Polarlichtern, Fjorden und Elfen

in Kooperation mit der Bibliothek
Eine Bilder- und Geschichtenreise durch die faszinierenden Landschaften und geheimnisvollen Mythen der Nordländer. Runensteine und Wikinger-Geschichte in Dänemark, blau leuchtende Eisberge auf Grönland. Eisbären, Moschusochsen und das spirituelle Kunsthandwerk der Inuit. Ein Besuch bei den Samen, den Ureinwohnern von Lappland. Feuerspuckende Vulkane auf Island, eiszeitliche Fjorde in Norwegen, Walgesänge vor den Küsten. Stille Schären in Finnland, Elfen und Trolle in den tiefen Wäldern von Schweden. Dazu schöne Poesie und viel Musik, alte Sagen und Märchenfaftes von Walhalla bis zu Hans Christian Andersen.

Barnstorf, Bibliothek, Am Markt 4
Sabine Lorenz
Do, 04.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 10,00 €
Kursnummer: 01110002

Eine Welt - bunte Worte

Internationaler Abend mit Gedichten und Texten in verschiedenen Sprachen
Dichter und Autoren aus aller Welt stellen Werke in ihrer Muttersprache und auf Deutsch vor.

Syke, Stadtbibliothek, Foyer, Hinrich-Hanno-Platz 1
Fr, 12.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kusnummer: 00201000

Unsere Welt - eine für alle

Vortrag

China zwischen gestern und heute - Bilder einer Rad- und Trekking-Rundreise

Sie werden eindrucksvolle Bilder einer eher untypischen Chinareise sehen, die Ute und Rolf Kasper aus Weyhe gemacht haben. In Begleitung eines chinesischen Tourenleiters haben die beiden Trekkingtouren mit dem Rad und zu Fuß in vier der eindrucksvollsten Provinzen unternommen und dabei viel über das historische und moderne Reich der Mitte erfahren. Ob mit dem Rad zur Großen Mauer und zu den Minggräbern, durch die traumhafte Landschaft der Karstberge Yunans, oder durch die berühmte Tigersprungschlucht, rundum faszinierende Fotoeindrücke. Selbstverständlich gehörten auch die Metropolen Peking und Shanghai zum Reiseprogramm.

Bruchhausen-Vilsen, Die Scheune, Brautstr. 16
Rolf Kasper
Um Anmeldung wird gebeten
Di, 05.02.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Kursnummer: 04110005

Vortrag

Ostküste USA - eine Reise in die Kolonialgeschichte

Die Bilderreise führt in die Vergangenheit,der USA die an historischen Stellen noch heute lebendig gehalten wird. Ausgehend von Jamestown, der ersten dauerhaft besiedelten englischen Kolonie in Nordamerika geht die Reise nach „Historic Williamsburg“, der ersten Hauptstadt Virginias. Teile der Stadt sind ein „Living History Museum“, tagsüber lebt man hier wie die Bewohner im 18. Jahrhundert. Mitarbeiter in entsprechenden Kostümen vermitteln dem Besucher einen Eindruck des Lebens zur damaligen Zeit. Die Reise endet in Washington/DC., dem politischen Herz der USA.

Weyhe-Leeste, Alte Wache, Saal
Gerhard Riecke
Do, 07.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12110022

Vortrag

Mit der Eisenbahn durch Anatolien

Eine Reise mit der legendären Bagdadbahn
Die Bagdadbahn war einst der Stolz des Osmanischen Reichs und ein Meisterstück deutscher Ingenieurkunst. Zwei Weltkriege erlebte sie während ihrer Bauzeit, denn man brauchte 38 Jahre, um den Ausgangsbahnhof, das türkische Konja, mit der Endstation im fernen Bagdad zu verbinden. Nach der Fertigstellung dieses für damalige Zeiten einmaligen Projektes von deutschem und osmanischen Reich verbanden 3205 km Bahnschiene Orte klangvolle Namen wie Istanbul und Konya, Kappadokien, Hacikiri und Hatay an der syrischen Grenze. Die Bilderreise der in der Türkei lebenden Dozentin nimmt Sie mit auf eine Reise durch den türkischen Teil.

Weyhe-Leeste, Alte Wache, Saal
Rita Schumann
So, 10.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12110026

Yunnan (China) - Reisanbauterassen

Unsere Welt - eine für alle

Vortrag

Namibia

Namibia,das frühere Deutsch-Südwest-Afrika, hat eine von der deutschen Kolonialherrschaft geprägte Geschichte, die auch heute noch die politische und kulturelle Gegenwart dieses landschaftlich reizvollen Landes beeinflusst. Mit einem Film, historischen Aufnahmen und aktuellen Bildern bringt der Dozent den Teilnehmer/-innen die wechselvolle Geschichte und die Gegenwart dieses Landes näher.

Weyhe-Leeste, Alte Wache, Saal
Reinhard Röhrbein
Do, 21.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Kursnummer: 12110027

Vortrag

Indien-Rajasthan - eine Reisereportage mit Bildern

Geschmückte Maharadjapaläste, Kamelkarawanen im Sonnenuntergang ,Sanddünen bis zum Horizont ,Frauen mit brokatüberzogenen Saris, Männer mit leuchtend roten Turbanen, sagenumwobene Trutzburgen und einzigartige Festtagsumzüge - alles das ist Rajasthan und noch viel mehr.
Wir wollen Sie mitnehmen auf eine Reise durch das traumhafte Land, unternommen Ende 2012 mit Mietwagen und Fahrer.
Um Anmeldung wird gebeten;

Bruchhausen-Vilsen, Die Scheune, Brautstr. 16
Doris von Königslöw / Wolfram von Königslöw
Mi, 10.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Kursnummer: 04110004

Vortrag

Nepal - Land der Vielfalt

Reisebericht von mehrere Reisen nach Nepal.
Sie erfahren Wissenswertes und Interessantes von Land und Leuten, über die Königsstädte des Kathmandu-Tals , den Chitwan Nationalpark an der Südgrenze zu Indien und die heiligen Stätten in und um Kathmandu. Highlights sind ein organisierter mehrtägiger Fußmarsch zu den Honigjägern in den Felswänden des Annapurna Gebiets, wie auch ein Abstecher in den „Fernen Westen“ Nepals. Dort wird die Bienenhaltung mit einfachsten Mitteln als Erwerbsquelle für genossenschaftlich organisierte Dorfgemeinschaften gefördert.

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Peter Wagner
Di, 12.02.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 24110003

Vortrag

Moskau - St. Petersburg und was dazwischen liegt

Filmvortrag
Wir besuchen die beiden russischen „Hauptstädte“ Moskau und St. Petersburg mit ihren unermesslichen Kunstschätzen und durchfahren Landschaften an Wolga, Svir und Newa mit ehrwürdigen alten Klöstern, pittoresken Dörfern, beeindruckend weiten Landschaften und den größten Seen Europas.

Stuhr-Varrel, Gutshaus Varrel, Varreler Feld
Gert Zittlosen
Do, 25.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Kursnummer: 21100001

Exkursion

Eine Reise durch asiatische Welten

Führung durch die botanika
Treffpunkt: Eingang botanika, Deliusweg 40.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6315

Bremen
Doris Hermenau
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 27.04.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 11,00 €
Kursnummer: 05110005

Exkursion

Die Welt unter einem Dach

Führung durch das Übersee-Museum Bremen
Treffpunkt: vor dem Eingang des Übersee-Museums.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6315

Bremen, Überseemuseum
Doris Hermenau
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 31.05.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 9,00 €
Kursnummer: 05110004

Unsere Welt - eine für alle

Exkursion

In 80 Minuten um die Welt

Durch das internationale Gröpelingen
Treffpunkt: Gröpelinger Heerstr./Morgenlandstr.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6315

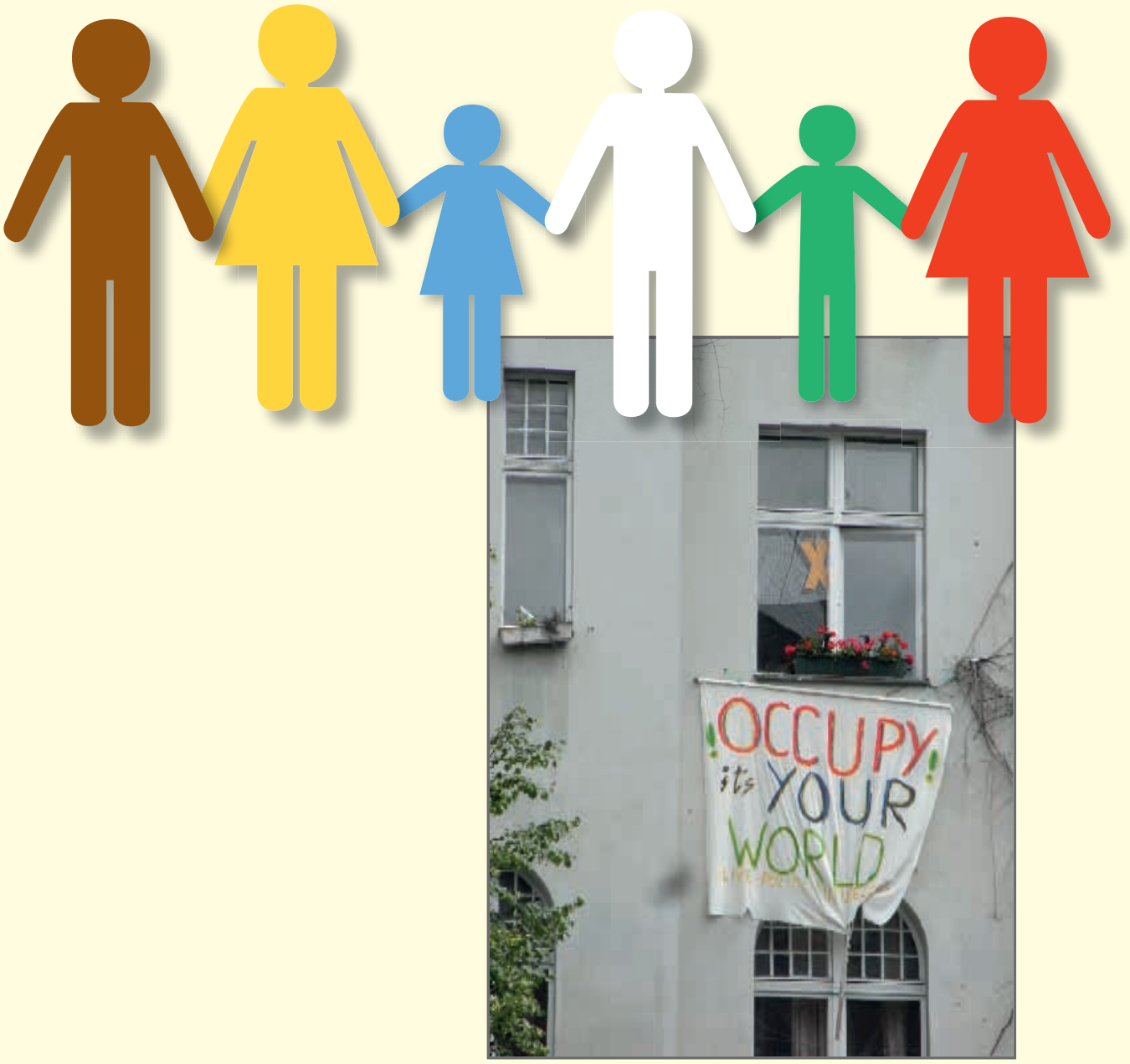
Bremen
Doris Hermenau
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 16:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,00 €
Kursnummer: 05110003

Vortrag

Auswirkungen des Klimawandels auf die Haut

Wie beeinflusst der Klimawandel Hautkrankheiten wie Neurodermitis und Hauttumore?

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Dr. Volker Jasnoch
Mi, 13.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 05304006



Titel	Ort	Beginn	Kurs-Nr.	Seite
März / April				
SAP R/3 - Einsatzmöglichkeiten einer betriebswirtschaftlichen Software	Weyhe-Kirchweyhe	Mo., 04.03.2013	00505030	252, 253
Spanisch 3 - A1	Stuhr-Brinkum	Mo., 18.03.2013	00422005	223
Italienisch einmal anders lernen - A1	Stuhr-Brinkum	Mo., 18.03.2013	00409004	218
EDV-Finanzbuchhaltung 2012/2013	Stuhr-Brinkum	Mo., 08.04.2013	00505099	252
Hansestädte in der Altmark	Tangermünde	Mo., 22.04.2013	00102030	78
Mai				
Kultur- und Naturschutz auf Hallig Hooge	Hallig Hooge	So., 12.05.2013	00115011	85
WORD und EXCEL im Büroalltag	Weyhe-Kirchweyhe	Mo., 13.05.2013	00502031	238
Fit im Beruf - Rücken stärken mit Pilates	Syke	Mo., 13.05.2013	00302004	**
WORD 2010 - Spezial	Weyhe-Kirchweyhe	Mi., 22.05.2013	00502034	238
Hiddensee - Eiland im Nationalpark	Hiddensee	So., 26.05.2013	00115012	78
„All Inclusive“ oder Inklusion ...	Bassum	Mo., 27.05.2013	00106001	66
EXCEL 2010 - Spezial	Weyhe-Kirchweyhe	Mo., 27.05.2013	00502032	241
Rückhalt - Gesundheit in Beruf und Alltag	Bassum	Mo., 27.05.2013	00302002	176
Juni				
Outlook und Powerpoint 2010	Weyhe-Kirchweyhe	Mo., 03.06.2013	00502033	243
Spanisch für den Alltag - A1	Stuhr-Brinkum	Mo., 03.06.2013	00422004	223
Englisch - mal anders 2	Diepholz	Mo., 03.06.2013	00406008	207
Leben und Lernen im Familienalltag mit Kleinkindern	Spiekeroog	Do., 06.06.2013	00106005	92
Englisch - mal anders 5	Diepholz	Mo., 10.06.2013	00406009	207
Gesund durch Bewegung, Entspannung und Ernährung - auch im Beruf	Stuhr-Brinkum	Mo., 10.06.2013	00302005	176
„Rundum fit in Englisch“ - A2	Weyhe	Mo., 17.06.2013	00406001	207
Rhetorik- und Kommunikationstraining für Frauen	Diepholz	Mo., 17.06.2013	00100701	103
Umstieg auf Windows 7 und Office 2010	Weyhe-Kirchweyhe	Mo., 24.06.2013	00502036	236
Italienisch 1 - A1	Stuhr-Brinkum	Mo., 24.06.2013	00409005	218
Juli / August				
Erziehung für eine andere Zukunft?	Langeoog	Do., 04.07.2013	00106003	92
Achim und Bettina von Arnim in Wiepersdorf	Wiepersdorf, Brandenburg	So., 25.08.2013	00201001	124
September				
Friedrich der Große in Potsdam	Potsdam	Mo., 09.09.2013	T00102033	78
Der Kranichzug auf dem Darß	Wieck	So., 15.09.2013	T00102088	85
Gesund durch Bewegung, Entspannung und Ernährung - auch im Beruf	Syke	Mo., 16.09.2013	T00302005	176
Mythos Bayern - warum ist Bayern anders?	Leoni/Starnberger See	Mo., 23.09.2013	T00102070	78
Oktober				
Leben und Lernen im Familienalltag mit Schulkindern	Borkum	Sa., 05.10.2013	T00106005	92
Entdeckungen im Deutschen Museum	München	So., 06.10.2013	T00102030	78
Italienisch einmal anders lernen 2 - A1	Stuhr-Brinkum	Mo., 07.10.2013	T00409005	218
Hablamos espanol! - A2	Stuhr-Brinkum	Mo., 07.10.2013	T00422006	225
„Rundum fit in Englisch“ - A2	Weyhe	Mo., 14.10.2013	T00406001	207
Blarney - Englisch für die Reise - A2/B1	Syke	Mo., 14.10.2013	T00406003	214
Französisch einmal anders lernen - A1	Stuhr-Brinkum	Mo., 14.10.2013	T00408001	216
Begegnungen in einer Grenzregion	Usedom	So., 20.10.2013	T00102017	78

Zeit für Bildung ...

Ausgewählte Bildungsangebote niedersächsischer Volkshochschulen sowie der Bremer Volkshoschule werden in einer gemeinsamen Broschüre veröffentlicht.

Sie erhalten diese Broschüre kostenlos bei uns.

Tel. 04242 976-4075

Unter www.vhs-diepholz.de können Sie die Broschüre als PDF herunterladen.

Titel	Ort	Beginn	Kurs-Nr.	Seite
November				
Beweglich und fit für den Berufsalltag	Bassum	Mo., 04.11.2013	T00302006	176
Bewusst durch Bewegung - Feldenkrais	Bassum	Mo., 18.11.2013	T00302001	176
Dezember / Januar 2014				
Fit im Beruf - Rücken stärken mit Pilates	Stuhr-Brinkum	Mo., 02.12.2013	T00302004	176
Berlin, die deutsche Hauptstadt in Europa	Berlin	Mo., 09.12.2013	T00103001	78
Französisch einmal anders lernen - A1 - Teil 2	Stuhr-Brinkum	Mo., 27.01.2014	T00408002	216
Studienreisen				
Madeira	Madeira	Sa., 16.03.2013	00110010	82
Sizilien	Sizilien	Fr., 03.05.2013	00110001	82
Nordpolen/Masuren	Masuren	Mi., 15.05.2013	00110004	82
Island - Spezial	Island	Sa., 25.05.2013	00110002	82
Süddeutschland/Tessin	Süddeutschland/Tessin	So., 09.06.2013	00110009	82
Ostpreußen	Königsberg	Sa., 29.06.2013	00101001	83
Budapest	Budapest	Sa., 06.07.2013	00110005	83
Blauer Reiter/Murnau/München	München	Di., 23.07.2013	00110008	83
Sardinien	Sardinien	Sa., 14.09.2013	00110007	83
Florenz/Villen und Gärten der Medici	Florenz	Sa., 14.09.2013	00110003	83
Provence	Provence	Do., 03.10.2013	00110006	83
Exkursionen				
Besuch der Bremer Synagoge	Bremen	*	12109006	110
Elmar Trenkwaldear: Ornament und Obsession	Bremen	Do., 31.01.2013	00203001	127
Alfred Manessier - Komponist der Farben	Bremen	Fr., 15.02.2013	00203002	126, 127
Die alte Schmiede in Kirchweyhe	Weyhe	Fr., 15.03.2013	12111001	73
Harries Mühle in Moordeich	Stuhr-Moordeich	Fr., 22.03.2013	21114010	74
Zu Besuch bei Radio Bremen	Bremen	Mo., 25.03.2013	00210002	129
Fossilien des Stemweder Berges	Lemförde	Sa., 06.04.2013	14114001	85
Bremen - Das Haus des Reichs	Bremen	Do., 11.04.2013	23203001	128
Die Weyhe-Tour mit dem Fahrrad	Weyhe	Sa., 13.04.2013	12111002	73
Raumfahrt-Führung	Bremen	Sa., 13.04.2013	21111099	74, 75
Betriebsbesichtigung Vilsa-Brunnen	Bruchhausen-Vilsen	Mi., 17.04.2013	04113001	75
Guck an, ein Denkmal!...	Bremen	Fr., 19.04.2013	23111001	76, 77
In 80 Minuten um die Welt	Bremen	Fr., 19.04.2013	05110003	19
Diepholz mit offenen Augen Teil 1	Diepholz	Fr., 19.04.2013	05111001	72
Druckhaus Weser-Kurier	Bremen	Fr., 19.04.2013	21111007	76
Werkzeugmuseum Stuhr	Stuhr	Fr., 26.04.2013	21111001	74
Eine Reise durch asiatische Welten	Bremen	Sa., 27.04.2013	05110005	18
Martin-Luther-Kirche und Friedhof	Twistringen	So., 28.04.2013	24111001	75
Englische Stadtführung in Bremen	Bremen	Mi., 22.05.2013	21111009	76
Stationen in Stuhr - mehr als nur ein Bahnhof	Stuhr-Heiligenrode	Fr., 24.05.2013	21101009	74
140 Jahre Weyher Bahnhofsgeschichte	Weyhe	Sa, 25.05.2013	12111003	73
Vogelexkursion am Rieder See	Riede	So., 26.05.2013	12104017	86
„Feucht, fröhlich und historisch“ - Alte Gaststätten in Twistringen	Twistringen	So., 26.05.2013	24111003	75
Naturerfahrungsgelände am Böttchers Moor	Weyhe-Leeste	Do., 30.05.2013	12104019	86
Die Welt unter einem Dach	Bremen	Fr., 31.05.2013	05110004	18
Mit dem Fahrrad durch`s Spargelland	Stuhr	Sa., 01.06.2013	21101008	74
„Ausschwärmen zur Imkerei“	Twistringen	So., 02.06.2013	24111004	75
Gartenträume in Weyhe	Weyhe	Sa., 08.06.2013	12111004	73
Ströher Moorbahn	Ströhen	Sa., 08.06.2013	26111002	73, 74
Fahrrad-Garten-Tour	Twistringen	So., 16.06.2013	24111002	75
Pack die Badehose ein! Badekultur	Weyhe	Sa., 22.06.2013	12111005	73
Führung durch „Kunst in der City“	Diepholz	So., 23.06.2013	05204006	128
Der Kirchweyher Friedhof	Weyhe	Sa., 06.07.2013	12111006	73
Wilde Pflanzen am Kurpark	Bruchh.-Vilsen	So., 07.07.2013	04114008	89
„Twistringen besucht Bassum“	Twistringen	So., 14.07.2013	24111006	75
Rechts und links der Bahn - Lahausen	Weyhe	Fr., 19.07.2013	12111007	73
Adel, Bauern, Handwerker - Alt Sudweyhe	Weyhe	Fr., 16.08.2013	12111008	73
Fachwerkbauten und Balkeninschriften in Twistringen - Radtour	Twistringen	So., 18.08.2013	24111007	75

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn, Ort	Kurs-Nr.	Seite
Depression verstehen	Dr. Hardy Gutknecht	*, Weyhe	12304005	154
Wie sichere ich mein Haus im Urlaub	Hannelore Stricker	*, Diepholz	05116006	112, 113
Januar / Februar				
Nicht von schlechten Eltern	Dr. Hardy Gutknecht	Do., 17.01.2013, Weyhe	12304003	154
Die Tanztendenz des Geistes	Jens Laloire	Fr., 18.01.2013 - Twistringen	R24201006	121
Auf dem Weg nach Europa	Rainer Degen	Do., 24.01.2013, Scholen	16102003	79
Lesung mit „Bommel“ Fischer	Joachim „Bommel“ Fischer	Di., 29.01.2013, Diepholz	05201001	121
Zwischen den Welten und nie mehr zurück	Barbara Ortwein	Fr., 01.02.2013, Lemförde	14201001	121
Diagnose Demenz	Renate Schnier	Mo., 04.02.2013, Diepholz	05300002	155
Hilfe für Betroffene von Gewalt in Paarbeziehungen	Edith Eva Tholen	Mo., 04.02.2013, Bruchh.-Vilsen	04100007	104
Tod im Herrenzimmer	Falk Guder	Di., 05.02.2013, Twistringen	24201002	121
China zwischen gestern und heute - Bilder einer Rad- und Trekkingrundreise	Rolf Kasper	Di., 05.02.2013, Bruchh.-Vilsen	04110005	17
„Rund um die Erde“	Adrian Popp	Mi., 06.02.2013, Syke	00110011	84
CO2 - Versenkung-Chancen und Risiken	Joachim Strobel	Mi., 06.02.2013, Diepholz	05108006	84
Gottes Schöpfung oder unsere Welt		Mi., 06.02.2013, Schwarme	04100020	109
„David-Konzept“ - zielgerichtete Werbung	Carlos Urban	Do., 07.02.2013, Bruchh.-Vilsen	04500007	250
Der Umstieg von Windows auf Mac	Martin Nittscher	Fr., 08.02.2013, Stuhr-Brinkum	03501005	232
Gehölzschnitt im Nutz- und Ziergarten	Lothar Kattner	Sa., 09.02.2013, Weyhe	12114008	88
Mit der Eisenbahn durch Anatolien	Rita Schumann	So., 10.02.2013, Weyhe-Leeste	12110026	17
Lale Andersen und Marlene Dietrich	Anna Haentjens	So., 10.02.2013, Varrel	11207002	129
Hören - einer unserer wichtigsten Sinne	Silke Tiedemann	Mo., 11.02.2013, Bruchh.-Vilsen	04304005	158
Nepal - Land der Vielfalt	Peter Wagner	Di., 12.02.2013, Twistringen	24110003	18
Scheidungs- und Trennungsrituale	Algeth Ernestine Weerts	Di., 12.02.2013, Bruchh.-Vilsen	04106012	104
Selbsterfahrung Pilgern	Rosemarie Ipse	Mi., 13.02.2013, Weyhe	12108004	109
Auswirkungen des Klimawandels auf die Haut	Dr. Volker Jasnoch	Mi., 13.02.2013, Diepholz	05304006	19, 157
Genuss und Ernährung - Stellenwert		Mi., 13.02.2013, Schwarme	04100021	109
Den Körper entgiften, die Gesundheit stärken ***	Ingrid Behr	Do., 14.02.2013, Weyhe	12304038	159
Krimis in der Schummerstunde	Helga Poppe	Fr., 15.02.2013, Bruchh.-Vilsen	04426001	201
Massada, Tamar, Qumram - das antike Israel	Gerhard Elbert	Fr., 15.02.2013, Weyhe-Leeste	12110002	80
St.-Exupéry: Der kleine Prinz	Hans Kaufmann	Mo., 18.02.2013, Bruchh.-Vilsen	04201003	122
Gartenspaziergänge	Katja Purnhagen	Di., 19.02.2013, Barnstorf	01114010	88
Fossilien und Evolution - Paläontologie	Adrian Popp	Mi., 20.02.2013, Syke	00110012	84
Der Hund in unserer Gesellschaft/neu	Angela E. Cepeda-Fuentes	Mi., 20.02.2013, Bruchh.-Vilsen	04114014	114
Unser Klima: Wenn alle so leben ...	Reinhard Benhöfer	Mi., 20.02.2013, Schwarme	04100022	109
Ein gutes Gedächtnis - was kann ich tun?	Renate Früchtenicht	Do., 21.02.2013, Bruchh.-Vilsen	04300001	156
Namibia	Reinhard Röhrbein	Do., 21.02.2013, Weyhe-Leeste	12110027	18
Gorleben liegt am Weyerberg	Kurt H. Möller	Do., 21.02.2013, Diepholz	05201003	121
Psychische Erkrankungen und ihre Therapie	Dr. Hardy Gutknecht	Do., 21.02.2013 - Twistringen	00304004	154
„Oh, Ringelnatz, du Morgenstern...“	Christian Quadflieg	Fr., 22.02.2013, Syke	23201001	121, 122
Rosen - von der Pflanzung bis zur Pflege	Uwe Heinrich	Sa., 23.02.2013, Weyhe	12114005	88
Tierischer Spaß mit dem „Herrn der Stimme“		So., 24.02.2013, Syke	23201010	122
Weyher Gewässer im Wandel der Zeiten	Wilfried Meyer	So., 24.02.2013, Weyhe-Sudweyhe	12111019	74
Neue Ansätze in der Burnout-Behandlung	Frauke Schulte	Mo., 25.02.2013, Schwarme	04301030	157
Mein Kind will studieren. Wer bezahlt?	Ivonne Beneke	Mi., 27.02.2013, Weyhe-Leeste	12115003	91
Energie- und Umbauberatung	Ekkehard Kijewski	Mi., 27.02.2013, Bruchh.-Vilsen	04115003	86
Auf der Suche nach dem rechten Maß		Mi., 27.02.2013, Schwarme	04100023	109
Allergien und Heuschnupfen - Naturheilkundliche Behandlungsmethoden	Ingrid Behr	Do., 28.02.2013, Weyhe	12304000	159, 160
“So ist meine Welt“	Joachim „Bommel“ Fischer	Do., 28.02.2013, Twistringen	24201003	121
Auf dem Weg nach Europa	Rainer Degen	Do., 28.02.2013, Scholen	16102004	79
März				
Gesunde Umwelt durch natürlichen Pflanzenschutz	Wolfgang Marquardt	Sa., 02.03.2013, Bruchh.-Vilsen	04114002	89
Kurzgeschichten und Schmalzbrote	Dozententeam	So., 03.03.2013, Syke	23201011	122
Barcelona, Antoni Gaudi, unbekanntes Katalonien	Sabine Lorenz	Di., 05.03.2013, Bruchh.-Vilsen	04110002	80, 81
Das innere Kind	Gertraud Matthies	Di., 05.03.2013, Syke	23107003	105
Moderner Immobilienverkauf	Jutta Neumann	Di., 05.03.2013, Stuhr-Brinkum	03116000	91

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn, Ort	Kurs-Nr.	Seite
Mit dem Fahrrad von Vancouver nach Kanada	Reinhard Pantke	Di., 05.03.2013, Stuhr	03110001	80
Lesung für Kinder ab 10 Jahren	Rüdiger Bertram	Mi., 06.03.2013, Twistringen	24201001	122
Einführung in die Sedimentärgeschiebe	Adrian Popp	Mi., 06.03.2013, Syke	00110013	85
Natur: Vorbild für ökologische Konstruktionen	Ulrich May	Mi., 06.03.2013, Diepholz	05108007	84
Sachkundeprüfung für Hundehalter	Volker Feser	Mi., 06.03.2013, Syke	23114014	114
Gartenteiche - die Oase im Garten	Manfred Ahrens	Do., 07.03.2013, Sulingen	22114005	89
Frühjahrskur - Tipps zum Entschlacken	Martina Bruns	Do., 07.03.2013, Weyhe	12304023	159
Ostküste USA - Kolonialgeschichte	Gerhard Riecke	Do., 07.03.2013, Weyhe-Leeste	12110022	17
„Deplatziert“	Jörn Birkholz	Do., 07.03.2013, Diepholz	05201004	122
Dynamik der Geburt	Jean-Paul Beffort	Do., 07.03.2013, Bruchh.-Vilsen	04107002	105
Mit Schwert und Soutane	Hans-Jürgen Wachholz	Do., 07.03.2013, Bruchh.-Vilsen	04100017	109
Hermann Hesse: Leben und Zeit, Werk	K. Kirmis, L. Hellermann	Fr., 08.03.2013, Syke	23203005	123
Hannoversche Schmunzelbücher	Kurt Achim Köweker	Fr., 08.03.2013, Varrel	11201001	122
Szenische Lesung „Alte Liebe“	S. Rasper, M. Mengeling	Sa., 09.03.2013, Ströhen	26201001	122, 123
Wasserfrauenbilder	Mechthild Klann	So., 10.03.2013, Bruchh.-Vilsen	04201007	123
Frühlingserwachen!	Antje Pieratzki	Mo., 11.03.2013, Stuhr-Brinkum	03304007	158
Pflegeneuausrichtungsgesetz	Christine Körbel	Di., 12.03.2013, Syke	23306001	154
Warum die Entwicklungshilfe in Afrika gescheitert ist	Kurt Gerhardt	Di., 12.03.2013, Twistringen	24110001	16
Frau-Sein - Mann-Sein/neu	Jean-Paul Beffort	Mi., 13.03.2013, Bruchh.-Vilsen	04107006	107
Neuerungen bei Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung	Dr. Sabine Weymann	Mi., 13.03.2013, Twistringen	24105001	90
Menschenwürde und Menschenrechte	Prof. Dr. Hans Jörg Sandkühler	Do., 14.03.2013, Bassum	00107105	15
Die Schriftstellerin Tanja Blixen	Annegret Wienberg	Do., 14.03.2013, Stuhr-Brinkum	03201001	124
Entweder gut oder böse und ziemlich extrem	Dr. Hardy Gutknecht	Do., 14.03.2013, Syke	23304009	154
Bachblüten - Hilfe für die Seele	Susanne Werner	Do., 14.03.2013, Bruchh.-Vilsen	04304004	161
Betreuungs- und Vorsorgevollmacht	Kerstin Bolte-Mahlstedt	Fr., 15.03.2013, Bruchh.-Vilsen	04105001	90
Elektronische Steuererklärung mit Elster	Garrelts	Mo., 18.03.2013, Stuhr	03500006	250
Snack op Platt: „He snackt as`n Book“	T. Dittmann, Dr. R. Vogeding	Mi., 20.03.2013, Syke	23426010	200
Gartenspaziergänge	Katja Purnhagen	Mi., 20.03.2013, Twistringen	24114002	88
Geschichte des Sports im Landkreis Diepholz	Dr. Ralf Vogeding	Sa., 30.03.2013, Syke	23111002	72
Heiligenberger Panorama-Runde	Hans-Jürgen Wachholz	So., 31.03.2013, Bruchh.-Vilsen	04100013	72
April				
Golf von Neapel/Kampanien	Klaus Kirmis	Mi., 03.04.2013, Stuhr-Brinkum	03110002	80
Von Eisbergen, Polarlichtern, Fjorden, Elfen	Sabine Lorenz	Do., 04.04.2013, Barnstorf	01110002	16
Die Donau-Metropolen - eine Bilderreise	Gerhard Riecke	Do., 04.04.2013, Weyhe-Leeste	12110007	81
Wechseljahre - Neue Herausfordungen	Martina Bruns	Do., 04.04.2013, Weyhe	12304022	160
Auf dem Weg nach Europa	Rainer Degen	Do., 04.04.2013, Scholen	16102005	79
Hypnose als Therapieform	Hans-Holger Ahlsdorff	Fr., 05.04.2013, Syke	23304001	157
Trio Kulturell - „Nichts bleibt, mein Herz, und alles ist von Dauer“	E. Arend, J. Pfeiffer	Sa., 06.04.2013, Diepholz	05201002	123
Plattdeutsches mit dem Didi-Doktor		So., 07.04.2013, Syke	23426009	200
Ernährung nach dem Stoffwechseltyp	Antje Pieratzki	Mo., 08.04.2013, Stuhr-Brinkum	03304005	158
Alternative Wohnformen/Pflegebedürftige		Di., 09.04.2013, Syke	23306002	154
Madrid / Kastilien	Klaus Kirmis	Di., 09.04.2013, Syke	00110014	81
Altersvorsorge macht Schule - Basisseminar	Elke Krüger	Mi., 10.04.2013, Diepholz	05116004	90
Testament oder Streit in Erbengemeinschaft?	Dr. Sabine Weymann	Mi., 10.04.2013, Twistringen	24105002	91
Indien-Rajasthan	D. und W. von Königslöw	Mi., 10.04.2013, Bruchh.-Vilsen	04110004	18
Die Nordwestregion im Klimawandel	Heiko Garrelts	Do., 11.04.2013, Syke	00107106	15
Rechtliche Grundlagen Vorsorgevollmacht	Wolfgang Hoppert	Do., 11.04.2013, Stuhr-Varrel	21105001	91
Kinderzimmer für den Schulerfolg	Andrea Nowak	Do., 11.04.2013, Bruchh.-Vilsen	04100030	93, 94
Eine Welt - bunte Worte		Fr., 12.04.2013, Syke	00201000	16
Psychosomatische Energetik	Birgitt Zillmann	Fr., 12.04.2013, Syke	23304008	173
Baltikum	Klaus Kirmis	Fr., 12.04.2013, Diepholz	05110002	80
Risiken und Chancen früher Krippenbetreuung	Erika Butzmann	Sa., 13.04.2013, Syke	00106004	94
„Sieben Tage ohne“ und „Die Dienstagsfrauen“	Monika Peetz	Mo., 15.04.2013, Twistringen	24201005	123
Barnstorf und die Bundeswehr	Erwin Stellmach	Di., 16.04.2013, Barnstorf	01101001	77
Normandie	Klaus Kirmis	Mi., 17.04.2013, Syke	00110015	81
Sicher auf dem Elektrofahrrad - Teil 1	S. Noß, W. Rehling	Mi., 17.04.2013, Diepholz	05115615	112

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn, Ort	Kurs-Nr.	Seite
Homöopathie und chronische Erkrankungen	Dagmar Scholz	Mi., 17.04.2013, Twistringen	24304002	159
Spuren am Bauholz und Fachwerk	Heinz Riepshoff (IGB)	Mi., 17.04.2013, Bruchh.-Vilsen	04100016	77
Anerkennung oder Abwertung - Über Verarbeitung sozialer Desintegration	Barbara Kaletta	Mi., 17.04.2013, Diepholz	05108008	84
Heilpflanzen der Frauengesundheit	Anselma Linz	Do., 18.04.2013, Bassum	02304003	160
Pflegeleichte Gartengestaltung	Katja Purnhagen	Do., 18.04.2013, Sulingen	22114003	87
Verkehrssituationen in unserer Stadt Diepholz und Neuerungen im Straßenverkehr	Mario König	Do., 18.04.2013, Diepholz	05115614	112
Das Diktat der Engel - Marc Chagall	Hans-Thomas Carstensen	Do., 18.04.2013, Bruchh.-Vilsen	04203001	126
Märchen: Von Hexen und weisen Frauen	Brigitta Wortmann	Fr., 19.04.2013, Süstedt	04201006	123
Auf den Spuren von David Heinrich Hoppe	Chr. Mewes, Chr. Wimmer	So., 21.04.2013, Bruchh.-Vilsen	04100011	72
EinBlick in eine handwerkliche Buchbinderei	Sabine Rasper	Di., 23.04.2013, Scholen	16200001	126
Feng-Shui im Garten	Susanne Geue	Di., 23.04.2013, Bruchh.-Vilsen	04114003	89
Sicher auf dem Elektrofahrrad - Teil 2	S. Noß, W. Rehling	Mi., 24.04.2013, Diepholz	05115616	112
Moskau - St. Petersburg	Gert Zittlosen	Do., 25.04.2013, Stuhr-Varrel	21100001	18
BARF- Biologisch artgerechte Rohfütterung	Angela-Monique Müller	Do., 25.04.2013, Weyhe	12114023	114
Trennungsrituale	Gertraud Matthies	Do., 25.04.2013, Syke	23107004	104
Auf dem Weg nach Europa	Rainer Degen	Do., 25.04.2013, Scholen	16102002	79
Algarve - Lissabon - Porto	Gerhard Riecke	Fr., 26.04.2013, Bassum	02110019	81
Kräuterwanderung zum Kanal	Christiane Mewes	Sa., 27.04.2013, Bruchh.-Vilsen	04307021	186
Heiligenberger Panorama-Runde	Hans-Jürgen Wachholz	So., 28.04.2013, Bruchh.-Vilsen	04100014	72
Andalusien - zwischen Abend- u. Morgenland	Klaus Kirmis	Mo., 29.04.2013, Barnstorf	01110001	80
Mai				
Sauer macht lustig	Katrin Beha	Fr., 03.05.2013, Bruchh.-Vilsen	04304001	159
Eiweiß in unserer Ernährung	Antje Pieratzki	Mo., 06.05.2013, Stuhr-Brinkum	03304006	158
Vom Fühlen und intelligenten Gefühlen	Jean-Paul Beffort	Mi., 14.05.2013, Weyhe	12107003	105
„Lass los, was dich unglücklich macht und lebe fröhlich“	Nepal Lodh	Mi., 14.05.2013, Bruchh.-Vilsen	04301016	160
Essbare Kräuter vor unserer Haustür	Kerstin Gissel	Mi., 15.05.2013, Twistringen	24307000	**
Sorgenkinder	Gertraud Matthies	Mi., 15.05.2013, Schwarme	04107013	93
„Snack op Platt“: School vör hunnert Johr	Traute Dittmann	Do., 16.05.2013, Syke	23426002	200
Kräuterküche - Wildkräuter	Kerstin Gissel	Mi., 22.05.2013, Twistringen	24307001	186
Die NEL-Pipeline - Herausforderung und Chance für die Archäologie	Bernd Rasnik	Mi., 22.05.2013, Diepholz	05108009	84
Körper und Seele	Dr. Hardy Gutknecht	Do., 23.05.2013 - 19:00 Uhr	23304002	154
Ernst Pagels - seine Gärten und seine Stauden	Cordula Hamann	Di., 28.05.2013, Bruchh.-Vilsen	04114010	86
Sicher auf dem Elektrofahrrad - Teil 1	S. Noß, W. Rehling	Mi., 29.05.2013, Diepholz	05115617	112
Kräuterküche - Kulturkräuter	Kerstin Gissel	Mi., 29.05.2013, Twistringen	24307002	186
Trennung - was nun?	Ivonne Beneke	Mi., 29.05.2013, Weyhe	12116002	103
Reiki - Lebensenergie für jedes Alter	Martina Bruns	Do., 30.05.2013, Weyhe	12304018	162
Literaturtipps für Lesehungrige	S.C. Habermann, B. Ziesecke	Do., 30.05.2013, Stuhr-Brinkum	03201000	123
Juni / Juli / August				
Kultur-Rallye -mit dem Fahrrad zu historischen Orte Ströhens	Petra Thiesing-Jöres	Sa., 01.06.2013, Ströhen	26115001	73
Sicher auf dem Elektrofahrrad - Teil 2	S. Noß, W. Rehling	Mi., 05.06.2013, Diepholz	05115618	112
Ganzheitliche Tiernaturheilkunde	Angela-Monique Müller	Do., 06.06.2013, Weyhe	12114022	114
Vom Fühlen und intelligenten Gefühlen	Jean-Paul Beffort	Sa., 08.06.2013, Bruchh.-Vilsen	04107001	105
Heiligenberger Panorama-Runde	Hans-Jürgen Wachholz	So., 09.06.2013, Bruchh.-Vilsen	04100015	72
Von Bürgern und Würgern	Chr. Wimmer, Chr. Mewes	So., 09.06.2013, Bruchh.-Vilsen	04100012	72
Der „Blaue Reiter“	Klaus Kirmis	Mo., 17.06.2013, Diepholz	05203001	128
Angehörige psychisch Kranker	Dr. Hardy Gutknecht	Do., 17.06.2013, Twistringen	00304002	154
Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung	Dr. Sabine Weymann	Do., 20.06.2013, Weyhe	12105007	90
„Kunst an der Berliner Mauer“	Kani Alavi	Fr., 21.06.2013, Diepholz	05203000	128
Zwischen Feldarbeit und Badespaß	Dr. Ralf Vogeding	Fr., 30.08.2013, Syke	23111003	73

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn, Ort	Kurs-Nr.	Seite
Ausstellungen				
Arbeiten in Filz von Mechtildis Köder	Mechtildis Köder	bis 28.02.2013, Bassum	00204002	120
Arbeiten von Helga Leohold-Wohlers		Mi., 16.01.2013, Syke	00204005	120
Monika Mohrmann-Wulf und Rodi Khalil		Fr., 05.04.2013, Syke	00204001	120
„So klingt meine Bilderwelt...“	Christa Schöningh	So., 05.05.2013, Stuhr-Brinkum	03101005	70
Arbeiten von Kani Alavi		Mo., 17.06.2013, Diepholz	05204001	128
„Mauerbilder“	Jürgen Kramer	Mo., 17.06.2013, Diepholz	05204003	128

*) Für diese Veranstaltungen stehen die Beginndaten noch nicht fest.

**) Geschlossene Folgekurse - weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.vhs-diepholz.de.

Interessante Angebote finden Sie auch bei benachbarten Volkshochschulen.

KVHS Vechta e. V.
Lindenstr. 49, 49393 Lohne
Tel. 04442 6793
Fax 04442 6797 oder
Große Str. 85, 49377 Vechta
Tel. 04441 937-117
Fax 04441 937-119
kontakt@vhs-vechta.de

regioVHS Ganderkesee-Hude
Tel. 04222 44444
info@regio-vhs.de
www.vhs-ganderkesee.de

VHS Osnabrück
Tel. 0541 323-2243 / -4694
info@vhs-osnabrueck.de
www.vhs-os.de

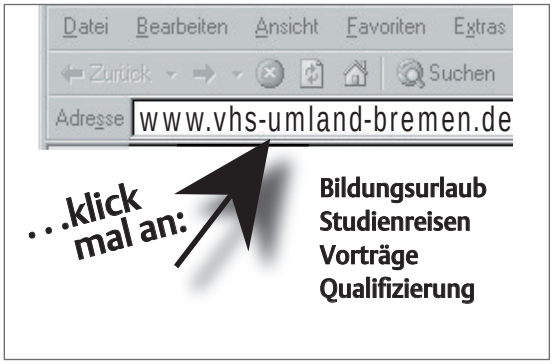
KVHS Verden
Tel. 04231 301417
kreisvolkshochschule@landkreis-verden.de
www.kvhs-verden.de

VHS Delmenhorst eGmbH
Tel. 04221 992453
info@vhs-delmenhorst.de
www.vhs-delmenhorst.de

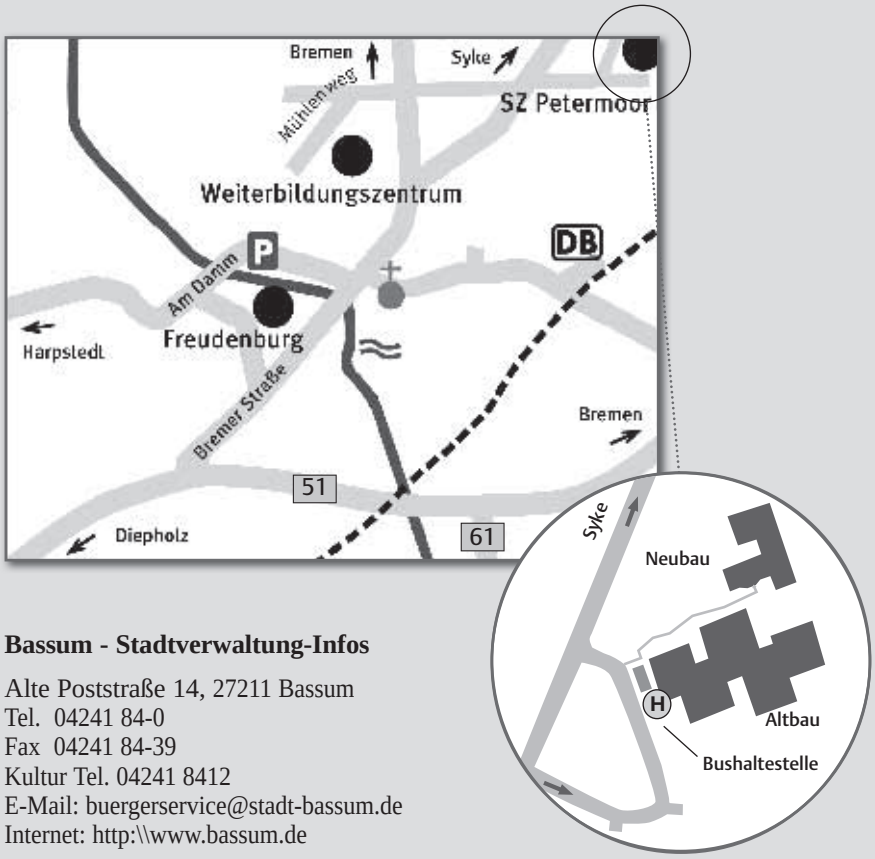
Bremer VHS
Tel. 0421 361-59525
www.vhs-bremen.de
info@vhs-bremen.de

VHS Nienburg
Tel. 05021 967-600
vhs@kreis-ni.de

VHS Minden
Tel. 0571 83766-10
www.vhs-minden.de
programm@vhs-minden.de



BASSUM



Bassum - Stadtverwaltung-Infos

Alte Poststraße 14, 27211 Bassum
Tel. 04241 84-0
Fax 04241 84-39
Kultur Tel. 04241 8412
E-Mail: buergerservice@stadt-bassum.de
Internet: http:\\www.bassum.de

Bürgerservice: Alte Poststraße 10

Mo.:	08:00 - 17:00 Uhr
Di., Mi., Fr.:	08:00 - 12:00 Uhr
Do.:	08:00 - 18:00 Uhr

Nach den Öffnungszeiten des Sozialamts und anderer Dienste erkundigen Sie sich bitte telefonisch.

Anmeldung
Tel. 04242 976-4444
Fax 04242 976-4942
E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de
www.vhs-diepholz.de

Arbeitsstellenleitung

Bernd-Fred Heyne

Alte Poststr. 9
27211 Bassum
Tel. 04241 971499
bernd.heyne@t-online.de

Unterrichtsräume

Die Freudenburg
Amtsfreiheit 1 a
27211 Bassum

Schulzentrum Bassum
Am Petermoor 1 b
27211 Bassum

Weiterbildungszentrum
Mühlenweg 12 - 14
27211 Bassum

Seminar- und Tagungshaus des Landkreises Diepholz, Informationen auf Seite 8.

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Gesellschaft				
Menschenwürde und Menschenrechte	Prof. Dr. Hans Jörg Sandkühler	Do., 14.03.2013 - 19:30 Uhr	00107105	15
Aktuelle Weltpolitik	Josef Guter	Mo., 08.04.2013 - 09:00 Uhr	00102001	16
Aufbauseminar SeniorTrainer/-innen	Reinhild Olma	Mi., 24.04.2013 - 17:00 Uhr	30100008	64
Erfahrungsaustausch der Agenda-Gruppen	Reinhild Olma	Mi., 20.03.2013 - 18:30 Uhr	30100009	64
Lokale Agenda		*	30100020	64
„All Inclusive“ oder Inklusion ...	Gisela Röhling	Mo., 27.05.2013	00106001	66
Junge VHS: Gewaltprävention und Integration durch Sport - Boxen	Godwill Guy Rudolf Ames	Di., 12.02.2013 - 17:00 Uhr	02100006	68, 69
Junge VHS: Gewaltprävention und Integration durch Sport - Boxen	Godwill Guy Rudolf Ames	Do., 04.04.2013 - 17:00 Uhr	02100007	68, 69
Junge VHS: Gewaltprävention und Integration durch Sport - Boxen	Godwill Guy Rudolf Ames	Di., 14.05.2013 - 17:00 Uhr	02100008	68, 69
Heimatgeschichte Neubruchhausen	Klaus Bergann	Do., 07.03.2013 - 19:00 Uhr	02101001	72
Algarve - Lissabon - Porto ***	Gerhard Riecke	Fr., 26.04.2013 - 19:30 Uhr	02110019	81
PFIFF-Unternehmerinnen	Hella von Beckerath	Mi., 27.02.2013 - 19:30 Uhr	02100701	90
Schul- und Familienkonflikte in der Pubertät	Erika Butzmann	Sa., 02.03.2013 - 10:00 Uhr	00106009	93
Meilensteine der Entwicklung unserer Kinder	Katrin Thiermann	Sa., 06.04.2013 - 09:30 Uhr	00106082	94
Krippenstarter - ein Angebot für neue Mitarbeiter/-innen in den Krippen	K. Thiermann, Ch. Jördens	Do., 01.11.2012 - 09:30 Uhr	00106085	94
Wenn Eltern psychisch krank sind	Christina Hillebrandt-Wegner	Do., 16.05.2013 - 09:00 Uhr	00106430	95
Fachkraft Kleinstkindpädagogik	Dozentinnenteam	Do., 01.03.2012 - 09:00 Uhr	00106148	96
Systemische Supervision 1	Eduard Müller	Di., 05.02.2013 - 19:00 Uhr	00107003	97
Systemische Supervision 2	Eduard Müller	Mi., 06.02.2013 - 19:00 Uhr	00107004	97
Systemische/-r Familienberater/-in (VHS)	E. Müller, Gerd Not-Debbeler	Fr., 08.02.2013 - 09:00 Uhr	00107101	97
Schutzauftrag § 8 a SGB VIII	Johannes Schnurr	Do., 12.09.2013 - 08:30 Uhr	00106720	100
Rituale der Trauerarbeit und Sterbebegleitung	Jean-Paul Beffort	Sa., 06.04.2013 - 10:00 Uhr	02107004	104
Mein Platz im Leben ***	Gertraud Matthies	Fr., 15.02.2013 - Uhr	02107005	107
Insel der Frauen ***	Gertraud Matthies	Fr., 12.04.2013 - Uhr	02107701	107
Kulturelle Bildung				
Schmuck aus Papier ***	Jutta Roche	Fr., 19.07.2013 - 17:00 Uhr	00212002	116
„Zeichnen? Weil‘s Spaß macht!“	Heike Drewelow	Fr., 19.07.2013 - 17:00 Uhr	00205015	116
Sommerliche Schreibwerkstatt: „Poesie ist fast nichts, aber das total.“	Uta Löffler	Di., 23.07.2013 - 12:00 Uhr	00201011	116, 117
Japanischer Farbholzschnitt	Miriam Zegner	Mo., 22.07.2013 - 11:00 Uhr	00205009	117
Gartenkeramik	Heidrun Kohnert	Mo., 22.07.2013 - 10:00 Uhr	00206022	117
Papier in Form	Cordula Kagemann	Fr., 26.07.2013 - 17:00 Uhr	00206002	117
Sandstein-Bildhauerei	Paul Winz	Fr., 26.07.2013 - 18:00 Uhr	00206020	117, 118
Feuer und Eisen	Bernd Bannach	Mo., 05.08.2013 - 10:30 Uhr	00206021	118
Following the Lines	Birgit Naß u. A.	Mo., 29.07.2013 - 11:00 Uhr	00205012	118
Mixed Media: Pixel trifft Pinsel	Cordula Kagemann	Fr., 02.08.2013 - 17:00 Uhr	00205013	118
Die Farbe Blau	Silvia Lauer-Schulz	Mo., 29.07.2013 - 11:00 Uhr	00205018	118
Acryl-Malerei	Ingrid Seidel	Sa., 03.08.2013 - 11:00 Uhr	00205019	119
Porträtzeichnen	Marietta Armena	Fr., 09.08.2013 - 17:00 Uhr	00205010	119
Experimentelle Textilcollagen auf Leinwand	Anke Pradel	Fr., 09.08.2013 - 17:00 Uhr	00205008	119
Filzen - gestalten und formen	Mechtildis Köder	Fr., 09.08.2013 - 16:00 Uhr	00213024	119
Ausstellung Von Anfang an...	Mechtildis Köder	bis 28.02.2013	00204002	120
Figürliches und gegenständliches Zeichnen ***	Dörte Wollgast	Sa., 06.04.2013 - 10:00 Uhr	02205002	130
„Da springst du im Quadrat“	Ingrid Seidel	Sa., 27.04.2013 - 11:00 Uhr	00205001	132
Aquarell-Malerei	Silvia Lauer-Schulz	Mi., 13.02.2013 - 18:45 Uhr	02205001	132
„Kunst - Mix“	Britta Gansberg	Mo., 08.04.2013 - 19:00 Uhr	02205004	135, 136
„Kunst - Mix“	Britta Gansberg	Mo., 27.05.2013 - 19:00 Uhr	02205006	135, 136
Kalligraphie - Schreiben wie im Mittelalter	Hella von Beckerath	Di., 26.02.2013 - 19:00 Uhr	02205007	136, 137
Kalligrafie - vom Wort zum Schrift-Bild	Sabine Pfeiffer	Do., 09.05.2013 - 11:00 Uhr	00205003	137
Nanas und andere Pappmaché-Skulpturen	Gisela Wiechmann	Sa., 23.02.2013 - 10:00 Uhr	02206001	137
Wolkenschwer - steinleicht	Ingrid Seidel	Do., 09.05.2013 - 11:00 Uhr	00206001	137
Tanz der Göttinnen -	Pramoda Sabine Habenicht	Sa., 13.04.2013 - 10:00 Uhr	02209701	145
Architekturfotografie (in Theorie und Praxis)	Harald Klapproth	Fr., 26.04.2013 - 17:00 Uhr	02211001	143
Portraitfotografie	Harald Klapproth	Fr., 07.06.2013 - 17:00 Uhr	02211002	141
„Selbstgenähtes“ für Anfängerinnen	Doris Uzoechina	Mo., 25.02.2013 - 09:30 Uhr	02214701	148

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Gesundheitsbildung				
„Burnout - Modeerscheinung oder fehlende Balance?“	Dr. Dirk Schmidt-Herholz	Sa., 23.02.2013 - 09:00 Uhr	02304001	156, 157
Ausleitung und Regeneration mit Heil- und Wildpflanzen ***	Anselma Linz	Sa., 16.03.2013 - 10:00 Uhr	02304002	160
Heilpflanzen der Frauengesundheit ***	Anselma Linz	Do., 18.04.2013 - 14:00 Uhr	02304003	160
Der Heilpflanzen-Kalender ***	Anselma Linz	Do., 11.04.2013 - 19:30 Uhr	02304009	160
Autogenes Training	Gerold Leschke	Mo., 25.02.2013 - 20:00 Uhr	02301017	162
Qi Gong	Karin Perlitz	Fr., 25.01.2013 - 16:30 Uhr	02301011	163
Qi Gong	Karin Perlitz	Fr., 19.04.2013 - 16:30 Uhr	02301012	163
Taijiquan für Fortgeschrittene	Gerold Leschke	Mo., 25.02.2013 - 18:30 Uhr	02301009	165
Hatha-Yoga	Gertrud Stolle	Di., 05.02.2013 - 19:00 Uhr	02301001	169
Hatha-Yoga	Gertrud Stolle	Mi., 06.02.2013 - 17:45 Uhr	02301002	169
Hatha-Yoga	Gertrud Stolle	Do., 07.02.2013 - 09:00 Uhr	02301003	169
Hatha-Yoga	Gertrud Stolle	Mi., 06.02.2013 - 19:45 Uhr	02301004	169
Hatha-Yoga	Sabin Schelzke	Fr., 01.03.2013 - 11:00 Uhr	02301007	169
Hatha-Yoga	Sabin Schelzke	Do., 28.02.2013 - 20:00 Uhr	02301008	**
Hatha-Yoga	Sabin Schelzke	Do., 28.02.2013 - 18:15 Uhr	02301005	**
Hatha-Yoga	Sabin Schelzke	Fr., 01.03.2013 - 09:00 Uhr	02301006	**
Junge VHS: Yoga mit Spaß für Kinder von 8 - 14 Jahre	Kerstin Carstens	Mi., 27.02.2013 - 15:30 Uhr	02301016	171
Yoga für Mutter oder Vater und Kind 18 - 36 Monate ***	Kerstin Carstens	Di., 26.02.2013 - 16:15 Uhr	02301019	171
Progressive Muskelentspannung nach Dr. Edmund Jacobson	Erika Plaumann	Do., 28.02.2013 - 20:00 Uhr	02301020	172
Pilates für Anfänger/-innen und Einsteiger/-innen	Waltraud Arends	Do., 11.04.2013 - 16:30 Uhr	02301013	175
Pilates für leicht Fortgeschrittene bis Mittelstufe	Waltraud Arends	Do., 11.04.2013 - 17:40 Uhr	02301014	175
Rückhalt - Gesundheit in Beruf und Alltag	Birgit Heike	Mo., 27.05.2013 - 09:00 Uhr	00302002	176
Kochen für Männer	Manfred Dierks	Di., 12.02.2013 - 18:00 Uhr	02307007	189
Frauen kochen international	Sigrun Amir	Mi., 06.03.2013 - 18:00 Uhr	02307717	190
Kochen leicht gemacht	Annemarie Stührmann	*	02307098	190
Fingerfood	Kerstin Gissel	Mi., 08.05.2013 - 18:00 Uhr	02307002	190
Sprachen				
Englisch - A1	Samuel Xavier	Mi., 27.02.2013 - 9:00 Uhr	02406003	209
Englisch - A2	Ernest Pokel	Di., 19.02.2013 - 18:00 Uhr	02406004	210
Englisch - B1	Ernest Pokel	Mi., 20.02.2013 - 19:00 Uhr	02406005	211
English Conversation - B1	Ernest Pokel	Di., 19.02.2013 - 19:30 Uhr	02406009	213
Französisch 10 - A2	Christine Jahnel	Di., 19.02.2013 - 19:30 Uhr	02408002	216
Arbeit und Beruf				
Keine Angst vor dem Computer	Heiner Wolter	Di., 05.02.2013 - 18:30 Uhr	02501001	230
Finanzbuchhalter/-in (VHS)	Michael Lehmkuhl	Di., 07.05.2013 - 18:30 Uhr	00505005	251
Lohn- und Gehaltsabrechnung	Michael Lehmkuhl	Do., 21.02.2013 - 18:30 Uhr	00505023	251

*) Für diese Veranstaltungen stehen die Beginndaten noch nicht fest. Bitte lassen Sie sich vormerken.

**) Geschlossene Folgekurse - weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.vhs-diepholz.de.

***) Veranstaltungen „Neu vor Ort“.

BRUCHHAUSEN-VILSEN

Arbeitsstellenleitung

Anmeldung
Tel. 04242 976-4444
Fax 04242 976-4942
E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de
www.vhs-diepholz.de

Gunda Manke
Im Wiehe 5
27305 Bruchhausen-Vilsen
Tel. 04252 4427
Fax 04252 913831
Gunda.Manke@gmx.de

Samtgemeinde-Infos

Lange Straße 11
27305 Bruchhausen-Vilsen
Tel.: 04252 391-0
Fax 04252 391-200
www.bruchhausen-vilsen.de
info@bruchhausen-vilsen.de

Sprechzeiten Rathaus

Montag, Mittwoch und Freitag
08:00 - 12:30 Uhr
Dienstag und Donnerstag
08:00 - 18:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Die VHS in Bruchhausen-Vilsen kooperiert mit dem

- Schulförderverein Bruchhausen-Vilsen
- Süster Kring
- KUK der Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen
- Heimat- und Kulturverein EULE e. V., Schwarme
- Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen
- Heimatverein Engeln

Unterrichtsräume

in Bruchhausen-Vilsen:

Bavendamsches Haus
Bahnhofstraße 55

Schulzentrum , Auf der Loge 5

BUND Umweltzentrum
Lange Str. 5

Die Scheune
www.internet-kultur-cafe.de
Brautstraße 16
Tel. 04252 913732

Rathaus, Lange Straße 11

in Asendorf:

Grundschule, Bahnhofstraße 6

The English-Centre
Alte Heerstr. 53

Haendorf
Lichtkreis
Studio für Musik und Tanz
Heithüser Weg 22

in Schwarme:

Robbert´s Huus
Hoyaer Str. 2

Evangelisches Gemeindehaus

in Martfeld:

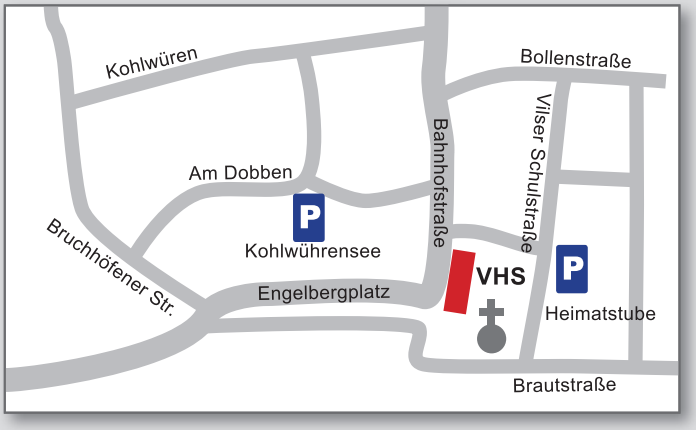
Evangelisches Gemeindehaus

Hallenbad

weitere Unterrichtsräume:

Noltesche Wassermühle
27305 Süstedt

Behlmer Mühle
27305 Engeln



Infotag der VHS in Bruchhausen-Vilsen

Dozentinnen u. Dozenten geben an diesem Tag Auskunft zu Kursen, Seminaren, Vorträgen und sonstigen Veranstaltungen des neuen Frühjahr-/Sommerprogramms.

So, 20.01.13, 10:00 Uhr - Bavendamsches Haus

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Gesellschaft				
China zwischen gestern und heute	Rolf Kasper	Di., 05.02.2013 - 19:30 Uhr	04110005	17
Indien-Rajasthan - eine Reisereportage	Doris u. Wolfram v. Königslöw	Mi., 10.04.2013 - 19:30 Uhr	04110004	18
Integration der Migranten und Flüchtlinge	Rahmi Tuncer	* - 20:00 Uhr	04100019	66
Umgang mit erfahrener sozialer Ausgrenzung	Peter Henze	Fr., 01.02.2013 - 15:00 Uhr	04106123	68
Alltagsbewältigung	Vera Briewig	Fr., 01.02.2013 - 15:00 Uhr	04106124	68
Geschichtswerkstatt „Schwarme früher“	Ulrich Dunker	Mi., 06.02.2013 - 18:30 Uhr	04100024	71
Arbeitskreis: Chroniken von Engeln, Oerdinghausen und Scholen	Heiko Albers	Mi., 06.02.2013 - 20:00 Uhr	04101002	71
Auf den Spuren von David Heinrich Hoppe	Chr. Mewes, Chr. Wimmer	So., 21.04.2013 - 16:30 Uhr	04100011	72
Von Bürgern und Würgern ***	Chr. Wimmer, Chr. Mewes	So., 09.06.2013 - 16:30 Uhr	04100012	72
Heiligenberger Panorama-Runde ***	Hans-Jürgen Wachholz	So., 31.03.2013 - 14:00 Uhr	04100013	72
Heiligenberger Panorama-Runde ***	Hans-Jürgen Wachholz	So., 28.04.2013 - 14:00 Uhr	04100014	72
Heiligenberger Panorama-Runde ***	Hans-Jürgen Wachholz	So., 09.06.2013 - 14:00 Uhr	04100015	72
Geschichtlicher Arbeitskreis die „Spurensucher“	Wilfried Müller	Mo., 04.02.2013 - 16:00 Uhr	04101001	72
Freiwilliger Müller/zur Freiwillige Müllerin	H.H. Bohlmann, Joh.Hüneke	Sa., 16.03.2013 - 10:00 Uhr	04111001	75
Betriebsbesichtigung Vilsa-Brunnen	Gunda Manke	Mi., 17.04.2013 - 15:00 Uhr	04113001	75
Spuren am Bauholz und Fachwerk ***	Heinz Riepshoff (IGB)	Mi., 17.04.2013 - 19:30 Uhr	04100016	77
Lesen alter Schriften und Familienforschung ***	Klaus Dieter Fritzsch	Do., 18.04.2013 - 18:30 Uhr	04101003	77
Barcelona, Antoni Gaudi und Katalonien ***	Sabine Lorenz	Di., 05.03.2013 - 19:00 Uhr	04110002	80, 81
Ernst Pagels - seine Gärten und seine Stauden ***	Cordula Hamann	Di., 28.05.2013 - 19:30 Uhr	04114010	86
Grundlagen der Gartenbepflanzung	Katja Purnhagen	Sa., 23.03.2013 - 10:00 Uhr	04114009	87
Obstbaumschnitt	Dr. Ute Hoffmann-Deterding	Di., 05.02.2013 - 19:00 Uhr	04114001	88
Gesunde Umwelt durch natürlichen Pflanzenschutz ***	Wolfgang Marquardt	Sa., 02.03.2013 - 14:00 Uhr	04114002	89
Feng-Shui im Garten	Susanne Geue	Di., 23.04.2013 - 19:30 Uhr	04114003	89
Rosenschnittkurs ***	Detlev Wolters	Fr., 01.03.2013 - 15:00 Uhr	04114007	89
Wilde Pflanzen am Kurpark	Christiane Mewes	So., 07.07.2013 - 16:30 Uhr	04114008	89
Betreuungs- und Vorsorgevollmacht	Kerstin Bolte-Mahlstedt	Fr., 15.03.2013 - 19:00 Uhr	04105001	90
Sorgenkinder ***	Gertraud Matthies	Mi., 15.05.2013 - 19:30 Uhr	04107013	93
Kinderzimmer für den Schulerfolg ***	Andrea Nowak	Do., 11.04.2013 - 19:30 Uhr	04100030	93, 94
Arbeitskreis für Kindertagespflegepersonen	Gisela Ravens	Mo., 18.02.2013 - 20:00 Uhr	04106007	101, 102
Argumentieren (Intensiv-Wochenendseminar)	Edith Eva Tholen	Fr., 24.05.2013 - 17:00 Uhr	04106010	103
Grundlagen der Kommunikation	Edith Eva Tholen	Di., 19.03.2013 - 19:00 Uhr	04107010	103
Trennungen überwinden	Edith Eva Tholen	Fr., 14.06.2013 - 17:00 Uhr	04106011	104
Scheidungs- und Trennungsrituale ***	Algeth Ernestine Weerts	Di., 12.02.2013 - 19:30 Uhr	04106012	104
Hilfe für Betroffene von Gewalt in Paarbeziehungen ***	Edith Eva Tholen	Mo., 04.02.2013 - 19:00 Uhr	04100007	104
Vom Fühlen und intelligenten Gefühlen	Jean-Paul Beffort	Sa., 08.06.2013 - 10:00 Uhr	04107001	105
Dynamik der Geburt	Jean-Paul Beffort	Do., 07.03.2013 - 19:30 Uhr	04107002	105
Sterbebegleitung und Trauerarbeit ***	Jean-Paul Beffort	Sa., 13.04.2013 - 10:00 Uhr	04107003	105
Kontakt zum inneren Kind	Jean-Paul Beffort	Sa., 04.05.2013 - 10:00 Uhr	04107005	105
Manipulationen erkennen und abwehren	Edith Eva Tholen	Sa., 09.02.2013 - 10:00 Uhr	04106003	106
Manipulationen erkennen und abwehren	Edith Eva Tholen	Fr., 01.03.2013 - 17:00 Uhr	04106004	106
Konfliktlösung	Edith Eva Tholen	Sa., 23.02.2013 - 10:00 Uhr	04106005	106
Konfliktlösung (Intensiv-Wochenendseminar)	Edith Eva Tholen	Fr., 15.03.2013 - 17:00 Uhr	04106006	106
Sich endlich durchsetzen!	Edith Eva Tholen	Sa., 06.04.2013 - 10:00 Uhr	04106008	106
Sich endlich durchsetzen	Edith Eva Tholen	Fr., 19.04.2013 - 17:00 Uhr	04106009	106
Frau-Sein - Mann-Sein ***	Jean-Paul Beffort	Mi., 13.03.2013 - 19:30 Uhr	04107006	107
Frau-Sein - Mann-Sein ***	Jean-Paul Beffort	Sa., 20.04.2013 - 10:00 Uhr	04107007	107
Persönliche Planungen	Edith Eva Tholen	Fr., 21.06.2013 - 17:00 Uhr	04107008	107
Mental-Training (nicht nur) für Reiter/-innen ***	Dagmar Fuchs	Fr., 22.02.2013 - 18:00 Uhr	04107014	108
Für die „gute Seele“- Freitagsseminarreihe	Algeth Ernestine Weerts	Fr., 22.02.2013 - 19:30 Uhr	04100701	108
Für die „gute Seele“- Freitagsseminarreihe	Algeth Ernestine Weerts	Fr., 19.04.2013 - 19:30 Uhr	04100702	108
Für die „gute Seele“- Freitagsseminarreihe	Algeth Ernestine Weerts	Fr., 03.05.2013 - 19:30 Uhr	04100703	108
Gottes Schöpfung oder unsere Welt		Mi., 06.02.2013 - 20:00 Uhr	04100020	109
Genuss und Ernährung - Stellenwert		Mi., 13.02.2013 - 20:00 Uhr	04100021	109
Unser Klima: Wenn alle so leben ...	Reinhard Benhöfer	Mi., 20.02.2013 - 20:00 Uhr	04100022	109
Auf der Suche nach dem rechten Maß		Mi., 27.02.2013 - 20:00 Uhr	04100023	109
Mit Schwert und Soutane ***	Hans-Jürgen Wachholz	Do., 07.03.2013 - 19:30 Uhr	04100017	109
Sportfischerei-Schein	Ulf Lahmeyer	Sa., 16.02.2013 - 9:00 Uhr	04100018	112
Bridge ***	Monika Fischer	Di., 19.02.2013 - 17:00 Uhr	04100008	113
Der Hund in unserer Gesellschaft	Angela E. Cepeda-Fuentes	Mi., 20.02.2013 - 19:00 Uhr	04114014	114
Vom Welpen zum erwachsenen Hund	Angela E. Cepeda-Fuentes	Do., 21.02.2013 - 19:00 Uhr	04114015	114

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Kulturelle Bildung				
St.-Exupéry: Der kleine Prinz	Hans Kaufmann	Mo., 18.02.2013 - 19:30 Uhr	04201003	122
Märchen der Welt: Von Hexen und weisen Frauen	Brigitta Wortmann	Fr., 19.04.2013 - 20:00 Uhr	04201006	123
Wasserfrauenbilder - Von Liebe und anderen Leiden	Mechthild Klann	So., 10.03.2013 - 19:30 Uhr	04201007	123
Vorlesen und Erzählen lernen	Peter Henze	Sa., 16.02.2013 - 11:00 Uhr	04202001	126
„Eigentlich bin ich ganz anders....“	Vera Briewig	Sa., 23.02.2013 - 14:00 Uhr	04202002	126
„Eigentlich bin ich ganz anders....“	Vera Briewig	Sa., 16.03.2013 - 14:00 Uhr	04202003	126
Das Diktat der Engel - Leben und Werk von Marc Chagall	Hans-Thomas Carstensen	Do., 18.04.2013 - 19:30 Uhr	04203001	126
Strukturen zeichnen und malen	Dietmar Brandstädter	Mo., 11.03.2013 - 19:00 Uhr	04205005	131
Gartenspuren - Pflanzen zeichnen ***	Katja Purnhagen	Sa., 08.06.2013 - 10:00 Uhr	04205006	131
Aquarell-Malerei	Reinhold Contzen	Do., 21.02.2013 - 19:00 Uhr	04205002	132
Junge VHS: Osterferien-Zauberworkshop	Brigitta Wortmann	Mo., 18.03.2013 - 10:00 Uhr	04202004	134
Ölmalerei	Cordula Kagemann	Di., 05.02.2013 - 19:00 Uhr	04205007	135
Malmaterial und Farben selber herstellen	Dietmar Brandstädter	So., 10.03.2013 - 13:00 Uhr	04205004	135
Dekorative Bilder - selbst gestaltet	Gundula Gudde	Mi., 20.02.2013 - 19:00 Uhr	04205008	136
Dekorative Bilder - selbst gestaltet	Gundula Gudde	Mi., 27.03.2013 - 19:00 Uhr	04205009	136
Kalligraphie - Schreiben wie im Mittelalter	Hella von Beckerath	Fr., 19.04.2013 - 17:00 Uhr	04205001	137
Faszination Papier	Gisela Große Frie	Sa., 01.06.2013 - 09:00 Uhr	04212001	138
Hochzeits-Crashkurs ***	Jana Dreyer, Steffen Beste	So., 24.02.2013 - 14:00 Uhr	04209003	144
Stricken	Evelyn Kühsel	Mo., 04.02.2013 - 19:00 Uhr	04213006	146
Patchwork - Mosaik ***	Renate Fischer	Sa., 09.03.2013 - 10:00 Uhr	04213002	148
Nähen mit der Nähmaschine	Evelyn Kühsel	Do., 14.03.2013 - 19:00 Uhr	04213007	149
Kleider machen Leute - der persönliche Stil ***	Hanna Behrens	Fr., 08.02.2013 - 17:00 Uhr	04214701	150
Gesundheitsbildung				
Gutes Gedächtnis - was kann ich dafür tun? ***	Renate Früchtenicht	Do., 21.02.2013 - 18:30 Uhr	04300001	156
Unterhaltsames Gedächtnistraining ***	Renate Früchtenicht	Do., 07.03.2013 - 10:00 Uhr	04300002	156
Neue Ansätze in der Burnout-Behandlung ***	Frauke Schulte	Mo., 25.02.2013 - 19:30 Uhr	04301030	157
Hören - einer unserer wichtigsten Sinne ***	Silke Tiedemann	Mo., 11.02.2013 - 18:00 Uhr	04304005	158
Sauer macht lustig, im Körper leider eher grantig?	Katrin Beha	Fr., 03.05.2013 - 19:30 Uhr	04304001	159

Kultur und andere Events:

Januar

16.01. Krimilesung mit Horst Friedrichs „Opferwissen“, Die Scheune, Brautstr. 16

19.01. Literarisch musikalischer Abend mit Dr. Carstensen über das Leben von Frida Karlo, Forum im Schulzentrum

26.01. Das große Ladiner Volkmusikfest, Mensa, Auf der Loge 9

Februar

10.02. Geselliger Nachmittag mit Jochen Wiegand, Gasthaus Mügge, Am Marktplatz 16

10.02. Große NDR 1 Niedersachsen Starparade mit dem Zug von B-V. - Niedersachsen

22.02. Musikwettbewerb „ROSA“, Mensa im Schulzentrum, Auf der Loge 9

März

03.03. Konzert mit dem Musikzug der Ortsfeuerwehr Vilsen, Gasthaus Mügge,

08.03. Kabarett Ehnert - Ehnert mit dem Stücke „Küss langsam“

31.03. Osterfahrten mit der Museums-Eisenbahn

Mai

01.05. Saison-Eröffnung bei der Museums-Eisenbahn

01.05. Saison-Eröffnung Kaffkieker

01.05. Samtgemeinde-Mühlentag, die Mühlen der Samtgemeinde stellen sich vor

12.05. Start der Kurkonzert-Saison mit dem Musikzug der Ortsfeuerwehr Vilsen

19.05. Der Kaffkieker fährt wieder durch die Lande

19.05. Orpheus-Express „Pfingstsingen“ im Vilser Holz

19.05. Sonntagskonzert: Capstan Shanty-Chor, Kurpark

20.05. Sonntagskonzert: Bahnblas-orchester Bremen, Kurpark

20.05. Deutscher Mühlentag – Die Mühlen in der Samtgemeinde sind dabei

22.05. Musik im Park, Kurpark

26.05. Sonntagskonzert: Swing Time, Kurpark

26.05. Mai-Festival im Ortsteil Vilsen

Juni / Juli / August

19.06. Musik im Park

17.07. Musik im Park

14.08. Musik im Park

Infos über die einzelnen Veranstaltungen:

TourismusService Bruchhausen-Vilsen, Tel. 04252 930055, www.bruchhausen-vilsen.de, info@bruchhausen-vilsen.de

Weitere Infos unter: TourismusService der Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen
Bahnhof 2 · 27305 Bruchhausen-Vilsen
Tel. 04252-930050 · Fax 930053
www.bruchhausen-vilsen.de
info@bruchhausen-vilsen.de

Bruchhausen-Vilsen

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
„Lass los, was dich unglücklich macht und lebe fröhlich“ ***	Nepal Lodh	Di., 14.05.2013 - 19:30 Uhr	04301016	160
Shiatsu bei Kopfschmerzen und Migräne	Katrin Beha	Sa., 15.06.2013 - 10:00 Uhr	04304002	161
Heilkräfte aus der Natur - die Ringelblume	Christiane Mewes	Sa., 17.08.2013 - 15:30 Uhr	04304003	161
Bachblüten - Hilfe für die Seele ***	Susanne Werner	Do., 14.03.2013 - 19:30 Uhr	04304004	161
Autogenes Training	Gerold Leschke	Mi., 27.02.2013 - 18:30 Uhr	04301010	162
Qi Gong	Helga von Glahn	Do., 14.02.2013 - 19:45 Uhr	04301008	163
Qi Gong	Helga von Glahn	Do., 14.02.2013 - 18:00 Uhr	04301003	163
Hatha-Yoga für Anfänger/-innen	Susanna Kamp	Mi., 27.02.2013 - 17:45 Uhr	04301002	167
Hatha-Yoga für Anfänger/-innen	Susanna Kamp	Mi., 05.06.2013 - 17:45 Uhr	04301004	167
Hatha-Yoga	Susanna Kamp	Mi., 27.02.2013 - 10:00 Uhr	04301005	167
Hatha-Yoga	Susanna Kamp	Mi., 05.06.2013 - 10:00 Uhr	04301007	167
Hatha-Yoga	Susanna Kamp	Di., 26.02.2013 - 19:30 Uhr	04301021	167
Hatha-Yoga	Susanna Kamp	Do., 28.02.2013 - 19:00 Uhr	04301025	167
Hatha-Yoga	Susanna Kamp	Do., 06.06.2013 - 19:00 Uhr	04301026	167
Hatha-Yoga für Frauen	Susanna Kamp	Mi., 27.02.2013 - 19:30 Uhr	04301701	167
Hatha-Yoga für Frauen	Susanna Kamp	Mi., 05.06.2013 - 19:30 Uhr	04301702	167
Hatha-Yoga	Susanna Kamp	Di., 04.06.2013 - 19:30 Uhr	04301022	168
Junge VHS: Yoga für Kinder	Kerstin Carstens	Fr., 08.02.2013 - 15:30 Uhr	04301017	171
Yoga und Bewegungsspiele für Mutter und Kind	Kerstin Carstens	Fr., 07.06.2013 - 15:30 Uhr	04301018	171
Junge VHS: Yoga für Kinder (8 - 14 J.) ***	Kerstin Carstens	Fr., 12.04.2013 - 15:30 Uhr	04301019	171
Progressive Muskelentspannung	Sonja Kurowski	Di., 05.02.2013 - 20:00 Uhr	04301011	172
Stressbewältigung und Entspannung durch Release Exercises (TRE) ***	Dagmar Fuchs	Fr., 15.03.2013 - 18:30 Uhr	04301012	173
Klangmeditation	Brigitte Schöler	Fr., 15.02.2013 - 19:00 Uhr	04301014	174
Stressbewältigung mit Feldenkrais ***	Gabriele Golze	Sa., 13.04.2013 - 10:00 Uhr	04302007	175
Ich beweg mich - Rückenfit ***	Dörthe Meyer	Sa., 16.02.2013 - 14:00 Uhr	04302013	177
Ich beweg mich - Fit im Alltag ***	Doris Bartels	Di., 12.02.2013 - 17:45 Uhr	04302014	177
Schnuppertag: Beckenbodentraining für Frauen	Annette Schmalz	Fr., 08.03.2013 - 17:15 Uhr	04302701	178
Präventive Wirbelsäulengymnastik	Anke Schwedler	Mo., 11.02.2013 - 07:30 Uhr	04302003	178
Präventive Wirbelsäulengymnastik	Anke Schwedler	Mo., 11.02.2013 - 19:00 Uhr	04302001	**
Präventive Wirbelsäulengymnastik	Anke Schwedler	Mo., 11.02.2013 - 20:00 Uhr	04302002	**
In Bewegung kommen - Generation 60 plus	Heike Ehlers	Di., 05.02.2013 - 10:00 Uhr	04302601	180, 181
In Bewegung kommen auf dem neuen Trimm-Dich-Pfad	Heike Ehlers	Mi., 10.04.2013 - 18:30 Uhr	04302009	181
Junge VHS: Wendo für Mädchen (8 - 12 J.)	Sabine Müller	Fr., 15.02.2013 - 15:30 Uhr	04300701	182
Line Dance - Fitness für Körper und Geist ***	Marion Schüttler	Mi., 13.02.2013 - 19:00 Uhr	04302012	183
Orientalischer Tanz für Mütter und Töchter (4 - 12 J.) ***	Christa Sander	Mo., 18.03.2013 - 16:00 Uhr	04302016	184
Wassergymnastik	Martina Warnke	Fr., 01.02.2013 - 13:30 Uhr	04302011	185
Wassergymnastik	Martina Warnke	Mi., 06.02.2013 - 07:45 Uhr	04302005	185
Wassergymnastik	Martina Warnke	Mi., 06.02.2013 - 08:30 Uhr	04302006	185
Endlich selber etwas für Ihr Gewicht tun!	Simone Lenk	Di., 19.02.2013 - 19:30 Uhr	04307007	185
Kräuterwanderung zum Kanal	Christiane Mewes	Sa., 27.04.2013 - 10:00 Uhr	04307021	186
Essbare Kräuter vor unserer Haustür	Kerstin Gissel	Mi., 05.06.2013 - 18:00 Uhr	04307027	186
Kochen mit Wild- und Kulturkräutern	Kerstin Gissel	Mi., 12.06.2013 - 18:00 Uhr	04307028	186
Die Sojabohne ***	Simone März	Di., 09.04.2013 - 17:30 Uhr	04307035	186
Brot selbst backen	Kerstin Gissel	Mi., 06.02.2013 - 18:00 Uhr	04307023	187
Brot und Aufstriche	Kerstin Gissel	Do., 14.02.2013 - 18:00 Uhr	04307024	187
„Aus dem heimischen Revier auf den Teller“	Sven Held-Witte	Do., 07.03.2013 - 18:00 Uhr	04307025	187
Kochen mit Kindern (4 - 10 Jahre)	Kerstin Gissel	Sa., 16.02.2013 - 10:00 Uhr	04307006	188
Eltern kochen mit Ihren Kindern (10 - 17 Jahre)	Kerstin Gissel	Sa., 09.02.2013 - 10:00 Uhr	04307008	189
„Kochen für Muttertag“ ***	Marion Frenzel	So., 28.04.2013 - 10:00 Uhr	04307015	189
Kochen für Männer	Kerstin Gissel	Mi., 03.04.2013 - 18:00 Uhr	04307004	189
Fingerfood	Kerstin Gissel	Do., 14.03.2013 - 18:00 Uhr	04307005	190
Buffets ***	Simone März	Di., 07.05.2013 - 17:30 Uhr	04307036	191
Grillen ***	Simone März	Mo., 10.06.2013 - 17:30 Uhr	04307037	191
Mediterrane Köstlichkeiten	Marion Frenzel	So., 16.06.2013 - 10:00 Uhr	04307002	191
Italienisch essen und sprechen ***	Ines Prade	Sa., 02.02.2013 - 10:00 Uhr	04307010	191
Quiches und Tartes ***	Simone März	Di., 12.03.2013 - 17:30 Uhr	04307014	191
Tapas ***	Simone März	Di., 26.02.2013 - 17:30 Uhr	04307013	192
Pesto e più ***	Silvia Caprarese	Di., 05.02.2013 - 17:30 Uhr	04307038	192
Pasta fa felice ***	Silvia Caprarese	Di., 19.02.2013 - 17:30 Uhr	04307039	192
Pasqua in Italia ***	Silvia Caprarese	Di., 19.03.2013 - 17:30 Uhr	04307040	192
Terra e mare - Rezepte vom Land und Meer ***	Silvia Caprarese	Di., 02.04.2013 - 17:30 Uhr	04307041	192
Cucina Siciliana - Couscous bis Arancini ***	Silvia Caprarese	Di., 16.04.2013 - 17:30 Uhr	04307042	192
Pizza & Focaccia ***	Silvia Caprarese	Di., 14.05.2013 - 17:30 Uhr	04307043	192

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Cucina Pugliese ***	Silvia Caprarese	Di., 11.06.2013 - 17:30 Uhr	04307044	192
Kulinarischer Streifzug durch die asiatische Küche ***	Marion Frenzel	So., 17.02.2013 - 10:00 Uhr	04307001	193
Wok ist in!	Qiu Ping Jia-Sänger	So., 10.03.2013 - 11:00 Uhr	04307009	194
Wok ist in!	Qiu Ping Jia-Sänger	Mi., 20.02.2013 - 18:30 Uhr	04307003	194
Indisch Kochen - ein besonderer Genuss	Doris u. Wolfram v. Königslöw	Fr., 08.02.2013 - 17:00 Uhr	04307030	194
Sprachen				
Krimis in der Schummerstunde ***	Helga Poppe	Fr., 15.02.2013 - 19:00 Uhr	04426001	201
Deutsche Gebärdensprache 1	Sandra Kröger	Mo., 04.03.2013 - 18:30 Uhr	04426010	202
Deutsche Gebärdensprache 1	Sandra Kröger	Sa., 27.04.2013 - 10:00 Uhr	04426011	202
Englisch mit Muße - A2	Helen Friedrichs	Do., 07.02.2013 - 15:00 Uhr	04406602	208
English is fun	Teresa Stelter-Diprose	Mi., 13.02.2013 - 10:00 Uhr	04406603	208
English is fun	Teresa Stelter-Diprose	Di., 12.02.2013 - 10:00 Uhr	04406604	208
Let‘s speak English - A2	Teresa Stelter-Diprose	Mi., 13.02.2013 - 18:00 Uhr	04406008	212
Let‘s speak English	Teresa Stelter-Diprose	Di., 12.02.2013 - 18:00 Uhr	04406009	212
Englisch für den Urlaub ***	Ines Prade	Sa., 08.06.2013 - 10:00 Uhr	04406001	214
Französisch zum Kennenlernen 1- A1	Hannelore Wulfers-Pilz	Sa., 27.04.2013 - 10:00 Uhr	04408001	216
Französisch 9 - A1	Christine Jahnel	Mo., 18.02.2013 - 19:00 Uhr	04408003	216
Italienisch 2 - A1	Katja Terrasi	Mi., 06.02.2013 - 17:30 Uhr	04409001	219
Italienisch 4 - A1	Ines Prade	Sa., 16.02.2013 - 10:00 Uhr	04409002	219
Italienisch einmal anders lernen - A1 ***	Ines Prade	Sa., 13.04.2013 - 10:00 Uhr	04409004	219
Polnisch 1 - A1	Marlies Kleemeyer	Do., 14.02.2013 - 18:30 Uhr	04417001	221
Russisch 2 - A1	Elisabeth Till	Mo., 11.02.2013 - 19:30 Uhr	04419001	222
Schwedisch 8 - A2	Niklas Tinnefeld	Mi., 06.02.2013 - 19:15 Uhr	04420002	222
Spanisch für den Urlaub - A1	Josefa Schröder	Fr., 05.04.2013 - 17:30 Uhr	04422009	223
Spanisch 2 - A1	Josefa Schröder	Di., 19.02.2013 - 10:00 Uhr	04422010	224
Arbeit und Beruf				
Computer-Einführung	Ulrike Lampa-Aufderheide	Do., 07.02.2013 - 08:30 Uhr	04501603	231
Computer-Einführung	Ulrike Lampa-Aufderheide	Do., 04.04.2013 - 08:30 Uhr	04501604	231
Arbeiten mit kostenlosen Programmen	Dozententeam	Sa, 23.02.2013 - 09:00 Uhr	04501003	235
Tabellenkalkulation Excel 2010 - Einstieg	Gerhard Iglinski	Do., 07.02.2013 - 18:30 Uhr	04502001	239
Tabellenkalkulation Excel 2010 - Aufbaukurs	Gerhard Iglinski	Do., 02.05.2013 - 18:30 Uhr	04502002	240
Tabellenkalkulation Excel 2010 - Fortgeschrittene	Gerhard Iglinski	Do., 15.08.2013 - 18:30 Uhr	04502003	240
Erste Schritte im Internet - so geht‘s!	Ulrike Lampa-Aufderheide	Do., 02.05.2013 - 08:30 Uhr	04501606	245
Internet-Einführung - Fortsetzungskurs	Ulrike Lampa-Aufderheide	Do., 30.05.2013 - 8:30 Uhr	04501607	245
Unternehmerführerschein	Dozententeam	Sa., 16.03.2013 - 10:00 Uhr	04509001	250
„David-Konzept“ - zielgerichtete Werbung für Kleinbetriebe ***	Carlos Urban	Do., 07.02.2013 - 19:00 Uhr	04500007	250
Einführung in das Telefonieren mit dem Handy	Christine Ehlers	Sa., 09.03.2013 - 14:00 Uhr	04500600	254
Tastschreiben am PC	Ursula Geffers	Mo., 15.04.2013 - 17:15 Uhr	04504001	255

*) Für diese Veranstaltungen stehen die Beginndaten noch nicht fest. Bitte lassen Sie sich vormerken.

**) Geschlossene Folgekurse - weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.vhs-diepholz.de.

***) Veranstaltungen „Neu vor Ort“.

Das Alte bewahren
und das Neue wagen
Windpark Barbusch Betriebs-GmbH & Co. KG
Graf-Ludolf-Str. 21, 27305 Bruchhausen-Vilsen
Fon 04252 2850, Fax 04252 92263
E-Mail: info@bbva.de

Diepholzer Land Barnstorf, Diepholz

Arbeitsstellenleitungen

Arbeitsstelle Barnstorf

Christiane Roth
Am Markt 4
49406 Barnstorf
Tel. 05442 80952
barnstorf.bibliothek@t-online.de

Arbeitsstelle Diepholz

Doris Hermenau
Bahnhofstr. 11
49356 Diepholz
Tel. 05441 976-1915
Tel 05441 6315 (privat)
doris.hermenau@vhs-diepholz.de

Anmeldung
Tel. 05441 976-4444
Fax 04242 976-4942
E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de
www.vhs-diepholz.de

Samtgemeinde-Infos Barnstorf

Am Markt 4, 49406 Barnstorf
Tel. 05442 809-0
Fax 05442 809-32
rathaus@barnstorf.de

Sprechzeiten Rathaus
Mo. - Fr. 08:00 - 12:30 Uhr
Di. 14:00 - 16:00 Uhr
Do. 14:00 - 18:00 Uhr

Infos Stadt Diepholz

Rathausmarkt 1, 49356 Diepholz
Bürgertelefon 05441 9090
Fax 05441-909252
www.stadt-diepholz.de
webmaster@stadt-diepholz.de

Kultur im Tuchmacher-Haus e.V.
Lohnstraße 2, 49356 Diepholz

Kulturring Diepholz
Rathausmarkt 1, 49356 Diepholz
Tel. 05441 6161 und 8980

Unterrichtsräume

Barnstorf

- Christian-Hülsmeyer-Schule
  Walsener Straße 2, 49406 Barnstorf
- DRK-Kindergarten Villa Kunterbunt
  Heinestraße 25, 49406 Barnstorf
- Schule und Kindergarten Drebber
  49457 Drebber
- Heimathaus Meyer-Köster
  Roggenberg 14, 49406 Barnstorf
- Bibliothek
  Am Markt 4, 49406 Barnstorf

Diepholz

- Alte Realschule
  Bahnhofstraße 11, 49356 Diepholz
- Weiterbildungszentrum Diepholz
  „Altes Rathaus“
  Lange Straße 12, 49356 Diepholz
- Weiterbildungszentrum Kohlhöfen
  Kohlhöfen 12 a, 49356 Diepholz
- Jahnschule Diepholz
  Thouarsstraße 20, 49356 Diepholz

Veranstaltungsübersicht Barnstorf

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Gesellschaft				
Von Eisbergen und Polarlichtern, Fjorden ...	Sabine Lorenz	Do., 04.04.2013 - 19:00 Uhr	01110002	16
Barnstorf und die Bundeswehr	Erwin Stellmach	Di., 16.04.2013 - 19:00 Uhr	01101001	77
Andalusien - Abend- und Morgenland	Klaus Kirmis	Mo., 29.04.2013 - 19:00 Uhr	01110001	80
Gartenspaziergänge - Einblicke in neu gestaltete Hausgärten	Katja Purnhagen	Di., 19.02.2013 - 19:00 Uhr	01114010	88
Ein Teich voller Leben	Dr. O. Nixdorf, Dr. H. Pabst	D0., 02.05.2013 - 09:00 Uhr	00106069	99
Kulturelle Bildung				
Kalligraphie - Schreiben wie im Mittelalter	Hella von Beckerath	Do., 28.02.2013 - 19:00 Uhr	01205001	136, 137
Töpfern im Hofatelier	Heide Matern	Mi., 13.02.2013 - 19:30 Uhr	01206001	140
Nähen mit der Nähmaschine	Marina Bremicker	Mo., 04.02.2013 - 19:30 Uhr	01214005	148
Gesundheitsbildung				
Qi Gong: Die 18 Bewegungen	Gaby Rother	Mo., 06.05.2013 - 09:30 Uhr	01301009	163
Qi Gong: Die 18 Bewegungen	Gaby Rother	Mo., 04.02.2013 - 09:30 Uhr	01301010	163
Qi Gong: Die 18 Bewegungen	Gaby Rother	Mi., 06.02.2013 - 19:30 Uhr	01301011	163
Qi Gong: Die 18 Bewegungen	Gaby Rother	Mi., 08.05.2013 - 19:30 Uhr	01301012	163, 164
Yoga 1	Britta Martin	Mo., 28.01.2013 - 17:15 Uhr	01301001	**
Yoga 3	Britta Martin	Mi., 30.01.2013 - 18:15 Uhr	01301002	**
Yoga 2	Britta Martin	Mi., 30.01.2013 - 17:15 Uhr	01301003	**
Yoga 4	Britta Martin	Mi., 24.04.2013 - 17:15 Uhr	01301004	168
Yoga 5	Britta Martin	Mi., 24.04.2013 - 18:15 Uhr	01301005	168
Yoga 6	Britta Martin	Mo., 22.04.2013 - 17:15 Uhr	01301006	168

Lemförde, Rehden, Wagenfeld

Unterrichtsräume

Lemförde

- Haupt- und Realschule Lemförde
  Haupstraße 112, 49448 Lemförde
- Dümmer-Museum
  Götkers Hof 1, 49459 Lembruch
- Familienzentrum Lemförde
  Bahnhofstr. 9, 49448 Lemförde

Rehden

- Haupt- und Realschule Rehden
  Schulstraße 16, 49453 Rehden

Wagenfeld/Ströhen

- Haupt- u. Realschule
  Branntweinsweg 13, 49419 Wagenfeld
- Grundschule Ströhen
  Schulweg 10, 49419 Wagenfeld-Ströhen
- **Kulturkreis Auburg**
  An der Auburg 8, 49419 Wagenfeld
  Tel. 05444 853 oder 98610

Samtgemeinde-Infos Lemförde
Bahnhofstr. 10 a (Rathaus)
49448 Lemförde
Tel. 05443 209-0, Fax 209-50
Rathaus@Lemfoerde.de
www.lemfoerde.de

Sprechzeiten Rathaus
Mo. - Fr. 08:30 - 12:00 Uhr
Di. 14:30 - 17:30 Uhr

Samtgemeinde-Infos Rehden
Schulstraße 18, 49453 Rehden
Tel. 05446 209-0
Fax 05446 209-60
info@rehden.de

Sprechzeiten Rathaus
Mo. - Fr. 08:30 - 12:00 Uhr
Do. 16:00 - 17:30 Uhr

Gemeinde-Infos Wagenfeld
Pastorenkamp 25, 49419 Wagenfeld
Tel. 05444 9881-0
Fax 05444 9881-15
www.wagenfeld.de
rathaus@wagenfeld.de

Sprechzeiten Rathaus
Mo. - Fr. 08:00 - 12:00 Uhr
Do. 15:00 - 17:30 Uhr

Arbeitsstelle Lemförde

Sabine Hacke
Dümmer-Museum
Götkers Hof 1, 49459 Lembruch
Tel. 05447 341
Fax 05447 921797
duemmer-museum@t-online.de

Arbeitsstelle Wagenfeld/Ströhen

Manfred Kuhn
Eichendorffweg 5
49419 Wagenfeld
Tel. 05444 1300

Arbeitsstelle Rehden

Dieter Plaggemeyer
Niedersachsenstr. 4
49453 Rehden
Tel. 05446 4012
dieter.plaggemeyer@t-online.de

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Aktiv gedehnt und rückenfit	Heidrun Busch	Di., 05.02.2013 - 19:00 Uhr	01302010	178
Muskulaturaufbau mit dem Thera-Band	Monika Helmerking	Di., 09.04..2013 - 18:30 Uhr	01302008	179
Muskulaturaufbau mit dem Thera-Band	Monika Helmerking	Mi., 03.04.2013 - 19:00 Uhr	01302009	179
Beweglich sein - ein Leben lang	Heidrun Busch	Di., 05.02.2013 - 17:15 Uhr	01302011	179
Bodystyling ***	Petra Knorrn	Mo., 04.02.2013 - 18:00 Uhr	01302012	180
Bodystyling ***	Petra Knorrn	Mo., 04.02.2013 - 19:00 Uhr	01302013	180
Ausleitung und Regeneration mit Heil- und Wildpflanzen	Anselma Linz	Di., 05.03.2013 - 19:00 Uhr	01304001	160
Leicht und Lecker kochen	Gaby Wilkens	Di., 19.02.2013 - 18:00 Uhr	01307001	186
Sprachen				
Spanisch 3 - A1	Maria Wohlgemuth-Diaz	Mo., 04.03.2013 - 18:30 Uhr	01422001	224
Spanisch 1 - A1	Maria Wohlgemuth-Diaz	Mo., 04.03.2013 - 20:00 Uhr	01422002	224
Arbeit und Beruf				
Keine Angst vor dem Computer	Heiner Wolter	Mo., 04.02.2013 - 18:30 Uhr	01501001	230

Veranstaltungsübersicht Diepholz

Gesellschaft				
Die Welt unter einem Dach ***	Doris Hermenau	Fr., 31.05.2013 - 15:00 Uhr	05110004	18
Eine Reise durch asiatische Welten ***	Doris Hermenau	Sa., 27.04.2013 - 14:00 Uhr	05110005	18
In 80 Minuten um die Welt ***	Doris Hermenau	Fr., 19.04.2013 - 16:00 Uhr	05110003	19
Diepholz mit offenen Augen Teil 1 ***	Wilfried Gerke	Fr., 19.04.2013 - 16:30 Uhr	05111001	72

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Das westliche Niedersachsen -	Horst Wernecke	Mo., 25.02.2013 - 19:30 Uhr	05101001	75
Baltikum ***	Klaus Kirmis	Fr., 12.04.2013 - 19:00 Uhr	05110002	80
CO2 - Versenkung - Chancen und Risiken	Joachim Strobel	Mi., 06.02.2013 - 20:00 Uhr	05108006	84
Die Natur als Vorbild für ökologische Konstruktionen	Ulrich May	Mi., 06.03.2013 - 20:00 Uhr	05108007	84
Anerkennung oder Abwertung - Über Verarbeitung sozialer Desintegration	Barbara Kaletta	Mi., 17.04.2013 - 20:00 Uhr	05108008	84
Die NEL-Pipeline - Herausforderung und Chance für die Archäologie	Bernd Rasnik	Mi., 22.05.2013 - 20:00 Uhr	05108009	84
Altersvorsorge macht Schule - Basisseminar	Elke Krüger	Mi., 10.04.2013 - 19:00 Uhr	05116004	90
Minna - Mathe in Natur für Erzieher/-innen	Dr. Heike Pabst	Di., 07.05.2013 - 09:00 Uhr	00106072	95
Von der Praxis für die Praxis	Antje Lüllmann	Mi., 27.02.2013 - 14:30 Uhr	00106115	95
Systemische/-r Familienberater/-in (VHS)	E. Müller, G. Not-Debbeler	Fr., 08.02.2013 - 09:00 Uhr	00107101	97
Aufstellungsarbeit - Aufbauseminar	Eduard Müller	Sa., 02.02.2013 - 09:00 Uhr	00107103	97
Vertiefende Genogrammarbeit - Aufbauseminar	Eduard Müller	Sa., 16.03.2013 - 09:00 Uhr	00107104	97
Vertiefungsworkshop: Akustik	H. Wohlers-Endr., S. Köper-J.	Di., 05.03.2013 - 09:00 Uhr	00106062	98
Grundkurs I: Wasser	H. Wohlers-Endr., R. Pauka	Do., 13.06.2013 - 09:00 Uhr	00106064	98
Vertiefungsworkshop: Sprudelgase	Helga Wohlers-Endrikat	Di., 09.04.2013 - 09:00 Uhr	00106066	98
Rhetorik- u. Kommunikationstraining (Frauen)	Else-Maria Christensen	Mo., 17.06.2013 - 08:30 Uhr	00100701	103
Sicher auf dem Elektrofahrrad - Pedelec 25	Siegfried Noß, Wolfg. Rehling	Mi., 05.06.2013 - 15:00 Uhr	05115618	112
Sportbootführerschein-Binnen/ Motor und Segeln ***	Dozententeam	Mo., 04.02.2013 – 19:00 Uhr	05100001	111
Sportbootführerschein-See ***	Dozententeam	Mo., 04.02.2013 – 19:00 Uhr	05100002	111
Verkehrssituationen in unserer Stadt Diepholz und Neuerungen im Straßenverkehr	Mario König	Do., 18.04.2013 - 19:30 Uhr	05115614	112
Sicher auf dem Elektrofahrrad - Pedelec 25	Siegfried Noß, Wolfg. Rehling	Mi., 17.04.2013 - 15:00 Uhr	05115615	112
Sicher auf dem Elektrofahrrad - Pedelec 25	Siegfried Noß, Wolfg. Rehling	Mi., 24.04.2013 - 15:00 Uhr	05115616	112
Sicher auf dem Elektrofahrrad - Pedelec 25	Siegfried Noß, Wolfg. Rehling	Mi., 29.05.2013 - 15:00 Uhr	05115617	112
Wie sichere ich mein Haus im Urlaub und wie schütze ich mich vor Trickdiebstahl	Hannelore Stricker	*	05116006	112, 113
Kulturelle Bildung				
„So ist meine Welt“ ***	Joachim „Bommel“ Fischer	Di., 29.01.2013 - 19:30 Uhr	05201001	121
Gorleben liegt am Weyerberg ***	Kurt H. Möller	Do., 21.02.2013 - 19:30 Uhr	05201003	121
„Deplatziert“ ***	Jörn Birkholz	Do., 07.03.2013 - 19:30 Uhr	05201004	122
Trio Kulturell - „Nichts bleibt, mein Herz, und alles ist von Dauer“ ***	Elisabeth Arend, Jürg. Pfeiffer	Sa., 06.04.2013 - 20:00 Uhr	05201002	123
„Kunst an der Berliner Mauer“ ***	Kani Alavi	Fr., 21.06.2013 - 19:00 Uhr	05203000	128
Der „Blaue Reiter“ ***	Klaus Kirmis	Mo., 17.06.2013 - 19:00 Uhr	05203001	128
Ausstellung Kani Alavi - Vernissage ***	Kani Alavi	Mo., 17.06.2013 - 17:00 Uhr	05204001	128
„Mauerbilder“ von Jürgen Kramer ***	Jürgen Kramer	Mo., 17.06.2013 - 10:00 Uhr	05204003	128
Führung durch „Kunst in der City“	Kim Oliver Lange	So., 23.06.2013 - 15:00 Uhr	05204006	128
Arbeitskreis „Kunst in der City“	Doris Hermenau	Di., 12.02.2013 - 10:00 Uhr	05204007	128
Zeichnen für „Nichtzeichner/-innen“	Kathrin Gülker	Sa., 26.01.2013 - 10:00 Uhr	05205012	130
Zeichnen für „Nichtzeichner/-innen“	Kathrin Gülker	Sa., 16.02.2013 - 10:00 Uhr	05205013	130
Zeichnen für „Nichtzeichner/-innen“	Kathrin Gülker	Sa., 09.03.2013 - 10:00 Uhr	05205014	130
Acryl-Malerei	Marlene Seifert	Di., 05.02.2013 - 19:30 Uhr	05205004	133
Acryl-Malerei	Marlene Seifert	Di., 09.04.2013 - 19:30 Uhr	05205005	133
Acryl-Malerei	Marlene Seifert	Di., 28.05.2013 - 19:30 Uhr	05205006	133
Acryl-Malerei	Marlene Seifert	Di., 13.08.2013 - 19:30 Uhr	05205007	133
Acryl-Malerei	Marlene Seifert	Di., 05.02.2013 - 10:00 Uhr	05205008	133
Acryl-Malerei	Marlene Seifert	Di., 09.04.2013 - 10:00 Uhr	05205009	133
Acryl-Malerei	Marlene Seifert	Di., 28.05.2013 - 10:00 Uhr	05205010	133
Acryl-Malerei	Marlene Seifert	Di., 13.08.2013 - 10:00 Uhr	05205011	133
Ferienmalschule für Kinder ***	Marlene Seifert	Mo., 18.03.2013 - 09:30 Uhr	05205000	134
Ferienmalschule für Kinder ***	Marlene Seifert	Mo., 01.07.2013 - 09:30 Uhr	05205001	134
Junge VHS: Malen für Kinder (6-10 Jahre)	Gabriela De Beule	Do., 07.02.2013 - 15:30 Uhr	05205002	134
Kreativ mit finnischen Papiergarnen ***	Jutta Tiemeier	Sa., 20.04.2013 - 09:00 Uhr	05212001	138
Einstieg in die Portraitfotografie ***	Roland Artur Berg	So., 27.01.2013 - 10:00 Uhr	05211001	141
Workshop für kreative Fotografie ***	Jonathan Olbert	Mi., 20.03.2013 - 19:15 Uhr	05211002	141, 142
Workshop für kreative Fotografie ***	Jonathan Olbert	Mi., 08.05.2013 - 19:15 Uhr	05211003	141, 142
Kreistänze aus unterschiedlichen Kulturen	Hannelore König	Fr., 01.03.2013 - 19:00 Uhr	05209001	144
Klöppeln	Maria Wesseler	Do., 14.02.2013 - 09:00 Uhr	05213001	145
Patchworkstricken (nach H. Schulz) Modul 1	Aurelija Büscher	Do., 07.03.2013 - 19:00 Uhr	05213002	146
Wellentuch/-Schal - 10 Maschen stricken ***	Aurelija Büscher	Do., 11.04.2013 - 19:00 Uhr	05213003	146
Strick-Café	Aurelija Büscher	Di., 12.02.2013 - 19:00 Uhr	05213008	146
Strick-Café	Aurelija Büscher	Di., 12.03.2013 - 19:00 Uhr	05213009	146

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Strick-Café	Aurelija Büscher	Di., 09.04.2013 - 19:00 Uhr	05213010	146, 147
Strick-Café	Aurelija Büscher	Di., 14.05.2013 - 19:00 Uhr	05213011	146, 147
Strick-Café	Aurelija Büscher	Di., 11.06.2013 - 19:00 Uhr	05213012	146, 147
Strick-Café	Aurelija Büscher	Di., 13.08.2013 - 19:00 Uhr	05213013	146, 147
Weltweiter Tag des öffentlichen Strickens	Aurelija Büscher	Sa., 18.05.2013 - 10:00 Uhr	05213000	147
Bunte Motive häkeln (Granny Square)	Aurelija Büscher	Do., 16.05.2013 - 19:00 Uhr	05213006	147
Gefilzte Accessoires ***	Mechtildis Köder	So., 17.02.2013 - 10:00 Uhr	05213015	147
Nähen mit der Nähmaschine	Marina Bremicker	Mi., 06.02.2013 - 19:30 Uhr	05214002	148
Nähen mit der Nähmaschine	Marina Bremicker	Mi., 06.02.2013 - 17:00 Uhr	05214003	148
Gesundheitsbildung				
Auswirkungen Klimawandel auf die Haut ***	Dr. Volker Jasnoch	Mi., 13.02.2013 - 19:00 Uhr	05304006	19, 157
Diagnose Demenz ***	Renate Schnier	Mo., 04.02.2013 - 15:00 Uhr	05300002	155
Aktivierungangebot für demenziell erkrankte Menschen ***	Renate Schnier	Mo., 11.02.2013 - 14:15 Uhr	05300003	155
Gedächtnistraining	Renate Schnier	Mo., 11.02.2013 - 15:30 Uhr	05300001	156
Autogenes Training	Maike Alberts	Fr., 08.02.2013 - 17:30 Uhr	05301000	162
Autogenes Training	Maike Alberts	Fr., 12.04.2013 - 17:30 Uhr	05301001	162
Qi Gong	Helga von Glahn	Mo., 04.02.2013 - 10:00 Uhr	05301022	163
Taijiquan und Qi Gong	Insa Zwanck-Bründl	Di., 19.02.2013 - 18:45 Uhr	05301015	165
Taijiquan 2	Insa Zwanck-Bründl	Di., 19.02.2013 - 20:15 Uhr	05301016	165
Yoga - Springerkurs	Renate Freke	Mo., 04.02.2013 - 17:30 Uhr	05301006	166
Yoga - Springerkurs	Renate Freke	Mo., 04.02.2013 - 19:10 Uhr	05301007	166
Yoga - Springerkurs	Renate Freke	Di., 05.02.2013 - 08:30 Uhr	05301008	166
Yoga - Springerkurs	Renate Freke	Di., 05.02.2013 - 10:15 Uhr	05301009	166, 167
Yoga - Springerkurs	Renate Freke	Mo., 08.04.2013 - 17:30 Uhr	05301010	166, 167
Yoga - Springerkurs	Renate Freke	Mo., 08.04.2013 - 19:10 Uhr	05301011	166, 167
Yoga - Springerkurs	Renate Freke	Di., 09.04.2013 - 08:30 Uhr	05301012	166, 167
Yoga - Springerkurs	Renate Freke	Di., 09.04.2013 - 10:15 Uhr	05301013	166, 167
Hatha Yoga	Barbara Strobel	Fr., 08.02.2013 - 08:30 Uhr	05301018	169
Hatha Yoga	Barbara Strobel	Fr., 12.04.2013 - 8:30 Uhr	05301019	169
Hatha Yoga mit dem Stuhl ***	Barbara Strobel	Mi., 20.02.2013 - 09:30 Uhr	05301023	169
Hatha Yoga mit dem Stuhl ***	Barbara Strobel	Mi., 10.04.2013 - 09:30 Uhr	05301024	169
Hatha Yoga für Frauen	Barbara Strobel	Do., 07.02.2013 - 18:30 Uhr	05301701	169
Hatha Yoga für Frauen	Barbara Strobel	Do., 11.04.2013 - 18:30 Uhr	05301702	169
Mit Ruhe und Gelassenheit	Britta Reinhardt	Di., 12.03.2013 - 18:30 Uhr	05301002	172
Mit Ruhe und Gelassenheit	Britta Reinhardt	Do., 14.03.2013 - 18:30 Uhr	05301003	172
Mit Ruhe und Gelassenheit	Britta Reinhardt	Di., 11.06.2013 - 18:30 Uhr	05301004	172
Mit Ruhe und Gelassenheit	Britta Reinhardt	Do., 13.06.2013 - 18:30 Uhr	05301005	172
Feldenkrais	Ulrike Stephani	Mi., 13.02.2013 - 17:30 Uhr	05302023	175
Dehn-Aktiv für mehr Beweglichkeit	Heidrun Busch	Mo., 04.02.2013 - 18:30 Uhr	05302010	179
„Beweglich sein - ein Leben lang“ ***	Heidrun Busch	Mo., 04.02.2013 - 20:00 Uhr	05302011	179
Figurbewusste Partyrezepte ***	Inga Kroll	Mi., 03.04.2013 - 18:30 Uhr	05307018	188
Leichte Sommerrezepte ***	Inga Kroll	Mi., 22.05.2013 - 18:30 Uhr	05307019	188
Wenn Gäste kommen ...	Regina Windhorst	Mo., 18.03.2013 - 18:00 Uhr	05307005	191
Antipasti 1 - schnell gemacht ***	Alberto Turrin	Mo., 25.03.2013 - 11:00 Uhr	05307013	191
Antipasti 2 - für Feinschmecker	Alberto Turrin	Mo., 27.05.2013 - 18:30 Uhr	05307015	191
Pasta - selbstgemacht	Alberto Turrin	Mo., 22.04.2013 - 18:30 Uhr	05307014	192
Liebe geht durch den Magen ***	Alberto Turrin	Mo., 18.02.2013 - 18:30 Uhr	05307012	192

www.schuettert.de
LESEN - SCHREIBEN LERNEN - SCHENKEN
Schüttert GmbH
BUCHHANDLUNG · BÜROBEDARF
SYKE · WEYHE · DIEPHOLZ
Lange Straße 59 • 49356 Diepholz
05441 995958-4 • Fax 05441 995958-5
Besuchen Sie uns im Internet:
www.schuettert.de

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Fisch und Krustentiere	Alberto Turrin	Mo., 24.06.2013 - 18:30 Uhr	05307016	192
Regionale italienische Küche - Piemont ***	Alberto Turrin	Mo., 19.08.2013 - 18:30 Uhr	05307017	192
Tapas	Regina Windhorst	Mo., 15.04.2013 - 18:00 Uhr	05307008	193
Jubiläums-Menü	Regina Windhorst	Mi., 06.03.2013 - 18:00 Uhr	05307001	**
Kochclub für Männer	Rainer Koppermann	Do., 07.02.2013 - 18:30 Uhr	05307009	**
Sprachen				
Deutsch als Fremd-, Zweitsprache				203
Dänisch 8 - A2	Else-Maria Christensen	Sa., 23.02.2013 - 08:30 Uhr	05403001	199
Dänisch - Lektüre und Grammatik - B1	Else-Maria Christensen	Do., 07.02.2013 - 20:00 Uhr	05403005	199
Plattdeutscher Nachmittag	Marlies Mertens	Mi., 06.02.2013 - 15:00 Uhr	05426001	200
Plattdeutscher Nachmittag	Marlies Mertens	Mi., 06.03.2013 - 15:00 Uhr	05426002	200
Plattdeutscher Nachmittag	Marlies Mertens	Mi., 03.04.2013 - 15:00 Uhr	05426003	200
Plattdeutscher Nachmittag	Marlies Mertens	Mi., 05.06.2013 - 15:00 Uhr	05426004	200
Plattdeutscher Nachmittag	Marlies Mertens	Mi., 07.08.2013 - 15:00 Uhr	05426005	200
Ick snack platt - du ok?	Helga Poppe	Sa., 02.02.2013 - 14:15 Uhr	05426010	201
Englisch - mal anders 2	Else-Maria Christensen	Mo., 03.06.2013 - 8:30 Uhr	00406008	207
Englisch - mal anders 5 (Teilzeitbeschäftigte)	Else-Maria Christensen	Mo., 10.06.2013 - 08:30 Uhr	00406009	207
Englisch - A1	Else-Maria Christensen	Mo., 04.02.2013 - 10:30 Uhr	05406004	209
Englisch - A1	Else-Maria Christensen	Fr., 01.02.2013 - 08:30 Uhr	05406006	209
Englisch - A2	Dr. Heike Garbe	Mi., 06.02.2013 - 08:30 Uhr	05406005	210
Englisch - A2	Else-Maria Christensen	Fr., 01.02.2013 - 10:30 Uhr	05406007	210
Englisch - A2	Else-Maria Christensen	Do., 07.02.2013 - 17:00 Uhr	05406012	210
Englisch - B1	Else-Maria Christensen	Mo., 04.02.2013 - 09:00 Uhr	05406008	211
Englisch - B1	Else-Maria Christensen	Do., 07.02.2013 - 18:30 Uhr	05406011	211
English Conversation and Literature - B1	Ursula Boggs	Mo., 04.02.2013 - 18:30 Uhr	05406013	212
Italienisch 2 - A1	Maddalena Kloppert	Do., 07.02.2013 - 18:00 Uhr	05409000	219
Italienisch zum Auffrischen - A1	Maddalena Kloppert	Fr., 12.04.2013 - 16:00 Uhr	05409001	218, 219
Japanisch 7 - A1	Noriko Matsui-van Lessen	Di., 05.02.2013 - 19:15 Uhr	05410002	220
Polnisch 1 - A1	Eva Scharfenberg	Mo., 11.02.2013 - 19:00 Uhr	05417001	221
Schwedisch 3 - A1	Dr. L. Hartkemeier gen. Sander	Mi., 13.02.2013 - 19:30 Uhr	05420000	222
Schwedisch 1 - A1	Dr. L. Hartkemeier gen. Sander	Mi., 13.02.2013 - 18:00 Uhr	05420001	222
Spanisch 2 - A1	Maria Wohlgemuth-Diaz	Di., 19.02.2013 - 20:00 Uhr	05422002	224
Spanisch 4 - A1	Maria Wohlgemuth-Diaz	Di., 19.02.2013 - 18:30 Uhr	05422001	225
Spanisch 8 - A2	Maria Wohlgemuth-Diaz	Do., 28.02.2013 - 19:00 Uhr	05422005	225
Spanisch 9 - A1	Dietmar Steinke	Do., 07.02.2013 - 18:30 Uhr	05422006	225
Spanisch Konversation - B1	Dietmar Steinke	Di., 05.02.2013 - 18:30 Uhr	05422009	226
Arbeit und Beruf				
Einführung in die EDV 1 - Windows 7	Oliver Richter	Fr., 14.06.2013 - 18:00 Uhr	05501001	235
Einführung in die EDV 2 - Windows 7	Oliver Richter	Do., 10.01.2013 - 19:00 Uhr	R05501002	235
Windows 7 - leicht verständlich, Modul 1	Joachim Hallmann	Do., 07.02.2013 - 15:00 Uhr	05501604	234
Windows 7 - leicht verständlich, Modul 2	Joachim Hallmann	Do., 04.04.2013 - 15:00 Uhr	05501605	234
Wissen rund um den PC in Frage und Antwort	Oliver Richter	Do., 18.04.2013 - 19:00 Uhr	05502002	235
Office 2010 - Was ist neu?	Oliver Richter	Fr., 08.03.2013 - 18:00 Uhr	05502003	236
Textverarbeitung WORD 2010 - Modul 1	Oliver Richter	Fr., 15.03.2013 - 18:00 Uhr	05502004	237
Textverarbeitung WORD 2010 - Modul 2	Oliver Richter	Fr., 22.03.2013 - 18:00 Uhr	05502005	237
Tabellenkalkulation EXCEL 2010 - Einstieg	Oliver Richter	Fr., 12.04.2013 - 18:00 Uhr	05502006	239
Tabellenkalk. EXCEL 2010 - Aufbaukurs	Oliver Richter	Fr., 17.05.2013 - 18:00 Uhr	05502007	240
Tabellenkalk. EXCEL 2010 - Fortgeschrittene	Oliver Richter	Fr., 31.05.2013 - 18:00 Uhr	05502008	240
Internet und Sicherheit	Oliver Richter	Do., 28.02.2013 - 19:00 Uhr	05501009	246
Powerpoint 2010 - Modul 1	Oliver Richter	Fr., 26.04.2013 - 18:00 Uhr	05502009	242

DÜMMER-MUSEUM LEMBRUCH

Dümmer-Museum

Alles Wissenswerte über den Dümmer

Götkers Hof 1
49459 Lembruch
Tel. 05447 341
duemmer-museum@t-online.de

Öffnungszeiten:
Dienstag - Sonntag 10:00 - 18:00 Uhr
Gruppen nach Voranmeldung
Im Winter eingeschränkte Öffnungszeiten.

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Veranstaltungsübersicht Lemförde				
Gesellschaft				
Fossilien des Stemweder Berges	Dieter Siebert	Sa., 06.04.2013 - 10:00 Uhr	14114001	85
Bridge macht ihrem Kopf Beine ***	Renate Spreen	Mo., 18.02.2013 - 19:30 Uhr	14114002	113
Kulturelle Bildung				
Zwischen den Welten und nie mehr zurück ***	Barbara Ortwein	Fr., 01.02.2013 - 19:00 Uhr	14201001	121
Gesundheitsbildung				
Taijiquan für Anfänger/-innen	Harald Bick	Do., 21.02.2013 - 18:30 Uhr	14301005	165
Yoga	Marion Beneker	Do., 07.02.2013 - 19:30 Uhr	14301001	166
Yoga	Marion Beneker	Do., 07.02.2013 - 17:30 Uhr	14301002	166
Yoga	Marion Beneker	Di., 05.02.2013 - 16:30 Uhr	14301003	166
Yoga	Marion Beneker	Do., 02.05.2013 - 19:30 Uhr	14301006	166
Yoga	Marion Beneker	Do., 02.05.2013 - 17:30 Uhr	14301007	166
Yoga	Marion Beneker	Di., 07.05.2013 - 16:30 Uhr	14301008	166
Sprachen				
Englisch - A2	Dr. Heike Garbe	Mi., 06.02.2013 - 20:15 Uhr	14406001	210
Arbeit und Beruf				
EDV-Schnupperkurs	Peter Dietrich	Mo., 18.02.2013 - 18:30 Uhr	14501601	231
Veranstaltungsübersicht Rehden				
Gesellschaft				
Geschichtswerkstatt Samtgemeinde Rehden	Dieter Plaggemeyer	*	15101001	70
Obstbaumschnitt ***		*	15114003	88
Kulturelle Bildung				
Bildhauer-Kurs mit Ytong-Stein	Edeltraud Schöpke	Sa., 08.06.2013 - 10:00 Uhr	15206001	138
Gesundheitsbildung				
Nordic-Walking ***	Thorsten Spiller	Mi., 03.04.2013 - 18:00 Uhr	15302014	181
Sprachen				
Mama lernt Deutsch		Di., 15.01.2013 - 9:00 Uhr	00404001	206
Arbeit und Beruf				
Textverarbeitung und -gestaltung mit WORD	Dieter Plaggemeyer	Fr., 05.04.2013 - 16:00 Uhr	15502003	237
Tabellenkalkulation EXCEL 2003 - Einstieg	Dieter Plaggemeyer	Fr., 12.04.2013 - 16:00 Uhr	15502006	240
Veranstaltungsübersicht Wagenfeld / Ströhen				
Gesellschaft				
Heimatgeschichtlicher Arbeitskreis Ströhen	Dozententeam	Di., 05.02.2013 - 20:00 Uhr	26100002	72
Kultur-Rallye - Mit dem Fahrrad zu historischen Orten Ströhens ***	Petra Thiesing-Jöres	Sa., 01.06.2013 - 14:00 Uhr	26115001	73
Mit der Ströher Moorbahn das Moor entdecken	Manfred Kuhn	Sa., 08.06.2013 - 13:30 Uhr	26111002	73, 74
Kulturelle Bildung				
Szenische Lesung „Alte Liebe“ ***	Sabine Rasper, Michael Mengeling	Sa., 09.03.2013 - 16:00 Uhr	26201001	122, 123
Acryl-Malerei	Marianne Kellermann	Mi., 13.02.2013 - 18:00 Uhr	26205001	133
Acryl-Malerei	Marianne Kellermann	Mi., 13.02.2013 - 16:00 Uhr	26205002	133
Gesundheitsbildung				
Hatha-Yoga 2	Hans-Jürgen Levin	Mi., 06.02.2013 - 20:00 Uhr	26301001	168
Hatha-Yoga 1	Hans-Jürgen Levin	Mi., 06.02.2013 - 18:00 Uhr	26301002	168
Hatha-Yoga für Anfänger/-innen	Hans-Jürgen Levin	Mi., 06.02.2013 - 16:30 Uhr	26301004	168
Yoga	Rosel Thiermann	Mo., 04.02.2013 - 18:30 Uhr	26301009	169
Yoga	Rosel Thiermann	Mo., 04.02.2013 - 09:00 Uhr	26301010	169
Yoga	Rosel Thiermann	Do., 07.02.2013 - 19:30 Uhr	26301008	169, 170
Gesund und fit	Doris Kuhn	Di., 05.02.2013 - 19:00 Uhr	26302701	180
Arbeit und Beruf				
Computer-Einführung	Martin Kempkes	Mo., 04.02.2013 - 18:30 Uhr	26501001	231
Erste Schritte im Internet - so geht‘s	Martin Kempkes	Mo., 08.04.2013 - 18:30 Uhr	26501002	245

*) Für diese Veranstaltungen stehen die Beginndaten noch nicht fest. Bitte lassen Sie sich vormerken.

**) Geschlossene Folgekurse - weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.vhs-diepholz.de.

***) Veranstaltungen „Neu vor Ort“

STUHR

Arbeitsstellenleitung

Anmeldung
Tel. 04242 976-4444
Fax 04242 976-4942
E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de
www.vhs-diepholz.de

Stuhr / Moordeich / Varrel, Heiligenrode

Christa Hopfgarten
Thölstedter Weg 18, 28816 Stuhr
Tel. 0421 562311
Fax 0421 5669826
ChristaHopfgarten@t-online.de

Brinkum, Seckenhausen

Belinda Schomann
Jupiterstraße 1, 28816 Stuhr
Tel. 0421 8775100
Fax 0421 8775103
belinda.schomann@vhs-dh.de

Gemeinde-Infos

Blockener Straße 6
28816 Stuhr
Tel. 0421 5695-500
Fax 0421 5695-550
Kultur: Tel. 0421 5695-246
Internet: http:\\www.stuhr.de
E-Mail: gemeinde@stuhr.de

Sprechzeiten Rathaus

Mo. - Fr. 09:00 - 12:00 Uhr
Mo. + Di. 14:00 - 16:00 Uhr
Do. 14:00 - 18:00 Uhr

Sprechzeiten Bürgerbüro

Mo. + Fr. von 8:00 - 17:00 Uhr
Di. + Do. von 8:00 - 18:00 Uhr
Mi. 8:00 - 13:00 Uhr

Unterrichtsräume

VHS im Briseck-Zentrum
Jupiterstraße 1
28816 Stuhr-Brinkum

Bildungsstätte Seckenhausen
Hauptstraße 48
28816 Stuhr-Seckenhausen

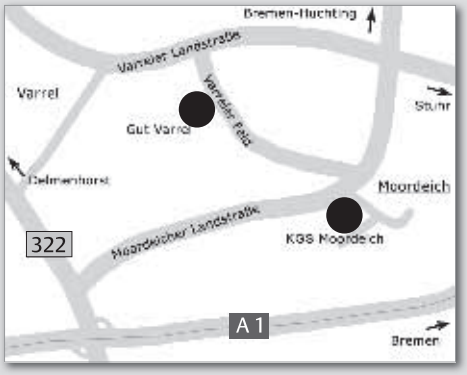
KGS Stuhr-Brinkum
Brunnenweg 2 und Feldstraße 15
28816 Stuhr-Brinkum

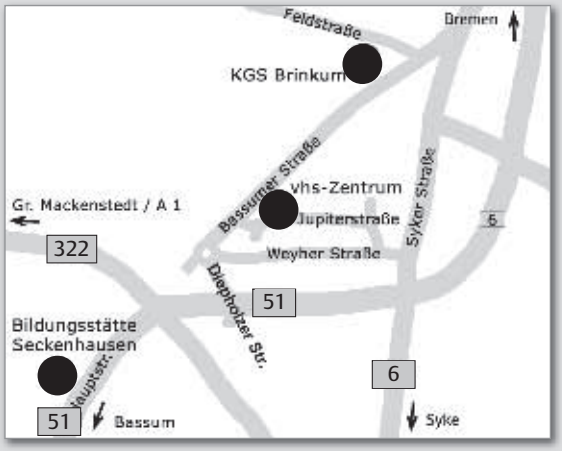
Förderschule
Weyhe-Melchiorshausen
Gartenstr. 6
28844 Weyhe-Melchiorshausen

Gut Varrel
Varreler Feld
28816 Stuhr-Varrel

Lise-Meitner-Schule
Danziger Straße 5
28816 Stuhr-Moordeich

Grundschule Heiligenrode
An der Schule 2
28816 Stuhr-Heiligenrode





Das VHS-Zentrum liegt unmittelbar an der Bassumer Straße (Einkaufszentrum). Anfahrt von der B 51 über Diepholzer Straße und Bassumer Straße.

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Gesellschaft				
Wir sind Europa -				
Globalisierung & Kulturelle Identität	Katja Schauland	Do., 27.06.2013 - 10:00 Uhr	03102011	16
Moskau - St. Petersburg und dazwischen ... ***	Gert Zittlosen	Do., 25.04.2013 - 19:00 Uhr	21100001	18
Arbeitskreis für Fairen Handel - Stuhr Fair	Gitta Hülsmeier	Di., 29.01.2013 - 16:00 Uhr	03115002	64
Lokale Agenda		*		64
Bürgerfunk: Radio und Fernsehen	Christian Vogel	Mo., 04.02.2013 - 19:00 Uhr	03100004	66
Arbeitskreis Prävention	Rebekka Seelig	Mo., 04.02.2013 - 19:00 Uhr	03101002	67
Gesprächskreis im Frauencafé	Tanja Mouchawrab	Di., 05.02.2013 - 15:00 Uhr	03100703	67
Frauenrat	Gitta Hülsmeier	Mo., 11.02.2013 - 19:00 Uhr	03102701	67
Frauen leben international	Inge Rose	Sa., 09.02.2013 - 15:00 Uhr	03102703	67
„Frau trifft sich“ (Frauen ab 60)	Anne Scheen	Do., 24.01.2013 - 19:00 Uhr	21100701	67
Muttersprachlicher Frauentreff: Türkisch	Reyhan Berber	Mi., 06.02.2013 - 10:00 Uhr	03100701	67
Muttersprachlicher Frauentreff: Arabisch	Ursel Pentrup	Mi., 06.02.2013 - 15:00 Uhr	03100702	68
Wo komme ich her? Wo lebe ich jetzt?	Katja Schauland	Mi., 06.02.2013 - 09:15 Uhr	03101009	68
Ungarisch-deutscher Freundestreff ***	Christa Schöningh	Sa., 09.02.2013 - 10:00 Uhr	03100001	68
Die Fantasie ist ewig jung -				
Bildung und Kultur im Alter	Christa Schöningh	Mo., 04.02.2013 - 10:45 Uhr	03100002	69
„So klingt meine Bilderwelt...“	Christa Schöningh	So., 05.05.2013 - 12:00 Uhr	03101005	70
Aber das Leben geht weiter	Susanne Christiane Habermann	Do., 11.04.2013 - 15:00 Uhr	03101003	70
Geschichtswerkstatt	Elisabeth Heinisch	Fr., 08.02.2013 - 09:00 Uhr	21101004	71
„Das Wandelröschen“ - Geschichtswerkstatt	Katja Schauland	Di., 05.02.2013 - 15:00 Uhr	03101011	71
Mit dem Fahrrad durch`s Spargelland ***	Ingrid Kavanagh	Sa., 01.06.2013 - 14:00 Uhr	21101008	74
Stationen in Stuhr - mehr als ein Bahnhof ***	Ingrid Kavanagh	Fr., 24.05.2013 - 15:00 Uhr	21101009	74

Kulturveranstaltungen der Gemeinde Stuhr

Freitag, 25.1., 20 Uhr, Rathaus Stuhr
14. JAZZFEST STUHR
Vadim Nesolovskyi und Nils Gessinger Group

Samstag, 26.1., 20 Uhr, Rathaus Stuhr
14. JAZZFEST STUHR - East Drive und Zona Franca

Mittwoch, 30.01., 20 Uhr, Gut Varrel
Das Große Chinesische Neujahrskonzert:
Shanghai Chinese Orchestra

Samstag, 02.02., 20 Uhr, Rathaus Stuhr
Fabrizio Consoli - Italienisches Charisma zwischen Pop, Jazz, Latin und Tango

Sonntag, 10.02., 17 Uhr, Rathaus Stuhr
Jamie Bergin - Preisträger des Europäischen Klavierwettbewerbs 2012

Sonntag, 24.02., 16 Uhr, Rathaus Stuhr
Abschlusskonzert von **„Jugend Musiziert“**

Freitag, 08.03., 20 Uhr, Gut Varrel
Irish Spring - Festival of Irish Folk Music

Freitag, 12.04., 20 Uhr, Rathaus Stuhr
Strömkarlen - Deutsch-schwedischer Folk

Samstag, 13.04.,19:30 Uhr, Gut Varrel
Oper & Operette auf dem Lande

Freitag, 19.04., Gut Varrel
Akkordeonale - Internationales Akkordeon-Festival

Samstag, 20.04., Rathaus Stuhr
VallesantaCorde - Balkangrooves, Klezmer, Tango Nuevo

Sonntag, 28.04., 15:30 Uhr, Gut Varrel
Frühlingskonzert des **Bremer Kaffeehaus-Orchesters**

Freitag, 31.05., 20 Uhr, Rathaus Stuhr
OSKAR - Anspruchsvoller deutscher Pop

30.08. - 01.09., Gut Varrel
Sommerfestival **„A Heart for Stuhr“**

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Werkzeugmuseum im Rahmen der „Hobeltour durch Stuhr“ ***	Alexandre Peruzzo	Fr., 26.04.2013 - 15:00 Uhr	21111001	74
Harries Mühle in Moordeich ***	Bernhardt Schlottke	Fr., 22.03.2013 - 15:00 Uhr	21114010	74
Raumfahrt-Führung	Eva Rogge	Sa., 13.04.2013 - 14:00 Uhr	21111099	74, 75
Druckhaus Weser-Kurier ***	Christa Hopfgarten	Fr., 19.04.2013 - 21:45 Uhr	21111007	76
Englische Stadtführung in Bremen	Eva Rogge	Mi., 22.05.2013 - 15:00 Uhr	21111009	76
Familienchronik mit PAF 5.2 ***	Klaus Dieter Fritzsch	Sa., 09.03.2013 - 10:00 Uhr	21101001	77
Mit Fahrrad von Vancouver nach Kanada ***	Reinhard Pantke	Di., 05.03.2013 - 20:00 Uhr	03110001	80
Golf von Neapel/Kampanien ***	Klaus Kirmis	Mi., 03.04.2013 - 19:30 Uhr	03110002	80
Grundlagen der Gartenbepflanzung ***	Katja Purnhagen	Sa., 06.04.2013 - 10:00 Uhr	21114009	87
Moderner Immobilienverkauf	Jutta Neumann	Di., 05.03.2013 - 19:30 Uhr	03116000	91
Rechtliche Grundlagen - Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Generalvollmacht ***	Wolfgang Hoppert	Do., 11.04.2013 - 19:00 Uhr	21105001	91
Magnet-Magie	Dr. Heike Pabst	Fr., 22.02.2013 - 15:30 Uhr	00106051	99
Magnet-Magie	Dr. Heike Pabst	Sa., 23.02.2013 - 10:00 Uhr	00106052	99
Li - La - Luftig	Dr. Heike Pabst	Fr., 26.04.2013 - 15:30 Uhr	00106053	99
Li - La - Luftig	Dr. Heike Pabst	Sa., 27.04.2013 - 10:00 Uhr	00106054	99
Was ist eigentlich eine Pflanze?	Dr. Heike Pabst	Fr., 24.05.2013 - 15:30 Uhr	00106055	99
Was ist eigentlich eine Pflanze?	Dr. Heike Pabst	Sa., 25.05.2013 - 10:00 Uhr	00106056	99
Plitsch-Platsch-Wasserquatsch	Dr. Heike Pabst	Fr., 21.06.2013 - 15:30 Uhr	00106057	99
Plitsch-Platsch-Wasserquatsch	Dr. Heike Pabst	Sa., 22.06.2013 - 10:00 Uhr	00106058	99
Forum Kindertagespflege Stuhr	Ingrid Kavanagh	* - 19:30 Uhr	21106001	102
Philosophie U30 ***	Meri Köpsel	Do., 07.02.2013 - 18:00 Uhr	03107010	109
Knigge für Beruf und Leben	Brigitte Stockmann	Sa., 20.04.2013 - 10:00 Uhr	03106005	113
Restaurantknigge ***	Brigitte Stockmann	Do., 11.04.2013 - 18:15 Uhr	03106006	113
Kulturelle Bildung				
Literaturtipps für Lesehungrige ***	S. Chr. Habermann, B. Ziesecke	Do., 30.05.2013 - 19:30 Uhr	03201000	123
Die Schriftstellerin Tanja Blixen ***	Annegret Wienberg	Do., 14.03.2013 - 19:30 Uhr	03201001	124
Gespräche über Literatur und Philosophie	Meri Köpsel	Di., 26.02.2013 - 19:30 Uhr	03201002	124
Aquarelle malen	Wilfried Lehnert	Do., 07.02.2013 - 18:00 Uhr	21205002	131, 132
Freies Aquarellieren - Motive aus der Natur ***	Wilfried Lehnert	Sa., 20.04.2013 - 10:00 Uhr	21205001	132
Schmieden am Gut Varrel ***	Peter Steinke	Fr., 12.04.2013 - 10:00 Uhr	21206201	138
Holz-, Kerb- und Reliefschnitzen	Stefan Vogt	Di., 19.02.2013 - 19:00 Uhr	03206003	138, 139
Töpfern - Aufbautechnik	Ursula Lüdtke	Mo., 28.01.2013 - 19:00 Uhr	03206001	140
Töpfern - Aufbautechnik	Ursula Lüdtke	Di., 29.01.2013 - 19:00 Uhr	03206002	140
Töpfern - Aufbautechnik	Ursula Lüdtke	Mo., 15.04.2013 - 19:00 Uhr	03206004	140
Digitale Fotografie „Makrofotografie/Nahaufnahmetechnik“	Harald Klapproth	Fr., 01.03.2013 - 18:00 Uhr	03211002	140
Digitale Fotografie „Bildgestaltung“	Harald Klapproth	Fr., 05.04.2013 - 18:00 Uhr	03211003	140, 141
Digitale Fotografie „Landschaftsfotografie“	Harald Klapproth	Fr., 31.05.2013 - 18:00 Uhr	03211001	141
Wir nähen unsere Garderobe selbst	Gisella Wermann	Mo., 14.01.2013 - 08:30 Uhr	03214003	148
Wir nähen unsere Garderobe selbst	Gisella Wermann	Mo., 18.02.2013 - 08:30 Uhr	03214004	148
Kleider machen Leute - Der persönliche Stil	Hanna Behrens	Fr., 25.01.2013 - 17:00 Uhr	R03214706	150
Kleider machen Leute - Der persönliche Stil	Hanna Behrens	Fr., 24.05.2013 - 17:00 Uhr	03214706	150
Gesundheitsbildung				
Qualifizierung zur Betreuung demenzkranker Menschen	Dozententeam	Mo., 18.02.2013 - 08:30 Uhr	21305001	155
Ernährung nach dem Stoffwechseltyp	Antje Pieratzki	Mo., 08.04.2013 - 19:30 Uhr	03304005	158
Eiweiß in unserer Ernährung ***	Antje Pieratzki	Mo., 06.05.2013 - 19:30 Uhr	03304006	158
Frühlingserwachen! ***	Antje Pieratzki	Mo., 11.03.2013 - 19:30 Uhr	03304007	158
Autogenes Training	Gerold Leschke	Do., 28.02.2013 - 20:00 Uhr	03301026	162
Qi Gong	Ingrid Götz	Di., 05.02.2013 - 16:30 Uhr	21301006	163
Qi Gong	Karin Perlitz	Fr., 25.01.2013 - 18:30 Uhr	03301010	163
Qi Gong	Karin Perlitz	Fr., 19.04.2013 - 18:30 Uhr	03301012	163
Taijiquan - Eine Einführung	Gerold Leschke	Di., 26.02.2013 - 20:00 Uhr	03301020	165
Taijiquan	Gerold Leschke	Di., 05.03.2013 - 18:30 Uhr	03301025	165
Taijiquan	Ingrid Götz	Di., 05.02.2013 - 18:30 Uhr	21301005	165
Yoga	Silke Rehpenn	Di., 05.02.2013 - 20:00 Uhr	21301001	169
Yoga	Silke Rehpenn	Mo., 04.02.2013 - 09:00 Uhr	21301002	169
Yoga	Silke Rehpenn	Di., 05.02.2013 - 18:15 Uhr	21301004	169
Hatha-Yoga	Sabine Wahl	Di., 05.02.2013 - 09:30 Uhr	03301002	170
Yoga	Kirstin Kern	Mo., 04.02.2013 - 20:00 Uhr	03301007	**
Yoga	Kirstin Kern	Mo., 04.02.2013 - 18:30 Uhr	03301004	**
Progressive Muskelentspannung nach Jakobsen	Irene Brecklinghaus	Do., 07.02.2013 - 18:00 Uhr	03301006	172

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Beste Freundinnen Tag - Einen Tag mal richtig relaxen ***	Andrea Barth	So., 07.04.2013 - 10:00 Uhr	03302703	173
Yoga, Pilates & Entspannung - Zeit für mich ***	Andrea Barth	So., 28.04.2013 - 10:00 Uhr	03302704	173
Gesund durch Bewegung, Entspannung und Ernährung - auch im Beruf	Andrea Barth	Mo., 10.06.2013 - 9:00 Uhr	00302005	176
Yoga für den Rücken	Sabine Wahl	Mo., 04.02.2013 - 19:30 Uhr	21302006	178
Yoga für den Rücken	Sabine Wahl	Mo., 04.02.2013 - 18:15 Uhr	21302004	178
Beckenbodentraining für Frauen	Annette Schmalz	Fr., 01.03.2013 - 14:30 Uhr	03302705	178
Beweglich bleiben	Antje Wohlfromm	Mi., 06.02.2013 - 15:45 Uhr	03302603	179
Beweglich bleiben	Antje Wohlfromm	Mi., 03.04.2013 - 15:45 Uhr	03302604	179
Nordic Walking - Kompaktkurs	Andrea Barth	Fr., 17.05.2013 - 15:00 Uhr	03302002	181
Selbstverteidigung für jeden - Einführung	Bernd Gollub	Sa., 09.03.2013 - 10:00 Uhr	03300002	181
Junge VHS: Selbstverteidigung	Bernd Gollub	Sa., 13.04.2013 - 10:00 Uhr	03300001	182
Fit durch Line Dance ***	Manuela Kleinecke	Di., 05.02.2013 - 16:30 Uhr	03302001	183
ZUMBA - Fitness	Maria Lourdes Herbst	Mi., 13.02.2013 - 19:45 Uhr	03302003	183
ZUMBA - Gold ***	Maria Lourdes Herbst	Fr., 15.02.2013 - 10:45 Uhr	03302004	183
Spargel, das königliche Gemüse	Annelore Balke	Fr., 15.03.2013 - 18:00 Uhr	21307014	187
Kochen für Männer	Manfred Dierks	Mi., 13.02.2013 - 18:30 Uhr	03307004	189
Väter kochen mit ihren Söhnen	Manfred Dierks	Sa., 13.04.2013 - 10:00 Uhr	03307011	189
Gourmetkochen	Brigitte Stockmann	Mi., 27.02.2013 - 19:00 Uhr	03307003	191
Schlemmen wie im Orient ***	Annelore Balke	Mi., 30.01.2013 - 18:00 Uhr	21307011	193
Tapas ole (1)	Maria Lourdes Herbst	Sa., 09.03.2013 - 11:00 Uhr	03307012	193
Tapas, Sangria y fiesta (2)	Maria Lourdes Herbst	Sa., 20.04.2013 - 11:00 Uhr	03307013	193
Tapas wie im spanischen Urlaub (3)	Maria Lourdes Herbst	Sa., 18.05.2013 - 11:00 Uhr	03307014	193
Tapas ist spanische Lebensfreude (4)	Maria Lourdes Herbst	Sa., 15.06.2013 - 11:00 Uhr	03307015	193
Spargel, das königliche Gemüse	Annelore Balke	Mo., 08.04.2013 - 18:00 Uhr	21307008	**
Spargel, das königliche Gemüse	Annelore Balke	Di., 16.04.2013 - 18:00 Uhr	21307009	**
Winter adè, wir begrüßen den Frühling	Annelore Balke	Mi., 20.03.2013 - 18:00 Uhr	21307013	**
Lukullische Spätsommer-, Herbst- und Winterträume	Annelore Balke	Mo., 15.04.2013 - 18:30 Uhr	21307002	**
Auch Männer können kochen	Annelore Balke	Do., 21.02.2013 - 18:00 Uhr	21307005	**
Auch Männer können kochen	Annelore Balke	Di., 12.02.2013 - 18:00 Uhr	21307004	**
Dies und das - von allem was in fünf Gängen	Annelore Balke	Mo., 25.02.2013 - 18:00 Uhr	21307006	**
Dies und das - von allem was in fünf Gängen	Annelore Balke	Mo., 28.01.2013 - 18:00 Uhr	21307003	**
Streifzug durch die Thailändische Küche ***	Annelore Balke	Mi., 27.02.2013 - 18:00 Uhr	21307012	**
Sprachen				
Deutsch als Fremd-, Zweitsprache				203
Dänisch 4 - A1	Heike Behrens	Di., 05.02.2013 - 18:00 Uhr	21403002	199
Dänisch 8 - B1	Heike Behrens	Di., 05.02.2013 - 19:45 Uhr	21403003	199
Plattdeutsch	Horst-Dieter Hoyer	Mo., 18.02.2013 - 18:00 Uhr	21426002	201
Englisch mit Muße - A1	Jacqueline Schneider	Fr., 08.02.2013 - 10:00 Uhr	03406016	208
Englisch - A1	Inge-Marie Lohmann	Mo., 04.02.2013 - 18:00 Uhr	03406001	209
Englisch - A1	Inge-Marie Lohmann	Mi., 06.02.2013 - 18:00 Uhr	03406004	209
Englisch - A1	Petra Gresser	Fr., 08.02.2013 - 16:00 Uhr	03406006	209
English Refresher - A2	Christine Müller	Mi., 06.02.2013 - 09:00 Uhr	21406001	210
Englisch - A2	Petra Gresser	Mi., 06.02.2013 - 16:30 Uhr	03406007	210
Englisch - A2	Inge-Marie Lohmann	Do., 07.02.2013 - 18:00 Uhr	03406008	210

Ihre
Anzeige
könnte hier Aufmerksamkeit finden...
Wir bieten attraktive Konditionen. Gern senden wir Ihnen unsere Mediadaten.
VHS des Landkreises Diepholz
Nienburger Str. 5, 28857 Syke
Tel. 04242 976-4075 • vhs@vhs-diepholz.de • www.vhs-diepholz.de
vhs

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Englisch - A2	Petra Gresser	Mi., 06.02.2013 - 18:00 Uhr	03406009	210
Englisch - A2	Wendy Fried-Thiel	Mi., 06.02.2013 - 11:00 Uhr	03406011	210
„Rundum fit in Englisch“ - A2	Petra Brunckhorst	Sa., 09.02.2013 - 09:00 Uhr	03406005	211
English Cambridge - B2	Christine Müller	Di., 05.02.2013 - 09:00 Uhr	21406005	211
Relaxed English Conversation - B1	Wendy Fried-Thiel	Mi., 06.02.2013 - 09:15 Uhr	03406012	212
Relaxed English Conversation - B1	Wendy Fried-Thiel	Do., 07.02.2013 - 10:40 Uhr	03406013	212
Talk, talk, talk - British English B1	Wendy Fried-Thiel	Do., 07.02.2013 - 09:00 Uhr	03406014	212
English A1 by Pop Songs ***	Ines Prade	Di., 05.02.2013 - 19:15 Uhr	03406002	213
English Conversation - B1/B2	Inge-Marie Lohmann	Mo., 04.02.2013 - 19:45 Uhr	03406003	213
English Conversation and Grammar - B2	Christine Müller	Mi., 06.02.2013 - 10:30 Uhr	21406004	213
Französisch einmal anders lernen - A1 - Teil 2	Ines Prade	Mo., 27.01.2014 - 09:00 Uhr	00408002	216
Französische Grammatik für Abiturienten/ -innen und Oberstufenschüler/-innen ***	Ines Prade	Sa., 09.03.2013 - 10:00 Uhr	03408001	217
Lire et discuter - B1	Brigitte Helbig	Do., 07.02.2013 - 09:00 Uhr	21408003	217
Französisch - Lektüre und Grammatik - B1/B2	Brigitte Helbig	Do., 07.02.2013 - 11:00 Uhr	21408005	217
Französisch Konversation - B1	Ines Prade	Mo., 04.02.2013 - 09:30 Uhr	03408006	217
Französisch 1 mit Muße - A1	Ines Prade	Do., 07.02.2013 - 20:00 Uhr	03408601	216
Italienisch einmal anders lernen - A1	Ines Prade	Mo., 18.03.2013 - 09:00 Uhr	00409004	218
Italienisch 1 - A1	Ines Prade	Mo., 24.06.2013 - 09:00 Uhr	00409005	218
Italienisch zum Kennenlernen - A1	Ines Prade	Fr., 08.02.2013 - 18:00 Uhr	03409006	218
Italienisch 1 mit Muße - A1	Ines Prade	Fr., 08.02.2013 - 09:30 Uhr	03409602	218
Italienisch 3 - A1	Katja Terrasi	Do., 07.02.2013 - 18:00 Uhr	03409001	219
Italienisch 6 - A2	Katja Terrasi	Do., 07.02.2013 - 19:30 Uhr	03409002	219
Italienisch 12 - A2	Ines Prade	Do., 07.02.2013 - 18:30 Uhr	03409003	219
Italienisch 10 - A2	Magdalena Kulfan	Mi., 13.02.2013 - 20:00 Uhr	12409005	219
Crash-Kurs Norwegisch ***	Wolfgang Möller	Sa., 27.04.2013 - 15:00 Uhr	21415001	220
Norwegisch Konversation - B1	Tore Malmberg	Mo., 04.02.2013 - 20:00 Uhr	21415007	220
Spanisch 1 mit Muße - A1	Maria Lourdes Herbst	Fr., 15.02.2013 - 09:00 Uhr	03422001	223
Spanisch 1 - A1	José Anibal Velásque Cruz	Mi., 06.02.2013 - 18:45 Uhr	03422002	223
Spanisch 3 - A2	Maria Lourdes Herbst	Mo., 18.03.2013 - 09:00 Uhr	00422005	223
Spanisch für den Alltag - A1	Maria Lourdes Herbst	Mo., 03.06.2013 - 09:00 Uhr	00422004	223
Spanisch 1 - A1	Maria Soledad Berghoff	Do., 07.02.2013 - 09:00 Uhr	03422005	224
Spanisch 7 - A1	Maria Lourdes Herbst	Mi., 13.02.2013 - 18:00 Uhr	03422003	224, 225
Spanisch 11 - A2	José Anibal Velásque Cruz	Mi., 06.02.2013 - 17:00 Uhr	03422004	225
Spanisch 12 - B1	Maria Soledad Berghoff	Di., 05.02.2013 - 19:30 Uhr	03422007	225
Indefinido o imperfecto? - A2	Maria Soledad Berghoff	Sa., 04.05.2013 - 09:30 Uhr	03422013	225
Spanisch Konversation - A2	Maria Lourdes Herbst	Mo., 11.02.2013 - 18:00 Uhr	03422006	226
Tapas hablar y cocinar	Maria Lourdes Herbst	Sa., 16.02.2013 - 11:00 Uhr	03422009	226
Arbeit und Beruf				
PC-Einführung	Ulrike Kunst	Di., 12.02.2013 - 09:00 Uhr	03501004	230
PC-Einführung	Dozententeam	Sa., 02.03.2013 - 10:00 Uhr	03501040	230
PC-Einführung	Dozententeam	Sa., 20.04.2013 - 10:00 Uhr	03501041	230
Der Umstieg von Windows auf Mac	Martin Nittscher	Fr., 08.02.2013 - 18:00 Uhr	03501005	232
Erste Schritte mit Apple MacBook, iMac ***	Martin Nittscher	Do., 14.02.2013 - 18:00 Uhr	03501006	232
Apple iPhone & iPad - Grundkurs Einsteiger	Martin Nittscher	Sa., 16.02.2013 - 10:00 Uhr	03501007	232
Apple iPhone & iPad - Anwenderkurs ***	Martin Nittscher	Mi., 27.02.2013 - 18:00 Uhr	03501003	232, 233
Das Apple iPad als Laptop-Alternative	Martin Nittscher	Sa., 19.01.2013 - 10:00 Uhr	R03501008	233
Das Apple iPad als Laptop-Alternative	Martin Nittscher	Fr., 19.04.2013 - 18:00 Uhr	03501008	233
Apple Mac OSX - Anwenderkurs ***	Martin Nittscher	Fr., 08.03.2013 - 18:00 Uhr	03501010	233
Apple Mac OSX - Aufbaukurs 2 ***	Martin Nittscher	Mi., 10.04.2013 - 18:00 Uhr	03501011	233
iMovie-Workshop - Filme schneiden ***	Martin Nittscher	Fr., 24.05.2013 - 18:00 Uhr	03501012	233
Windows 7 - Workshop	Heinz-Josef Reher	* - 14:00 Uhr	21501604	234
Wertvolle Daten auf dem PC sichern ***	Rainer Wieben	Mo., 08.04.2013 - 19:00 Uhr	21501001	235
Büro-fit (1) mit Office 2010 für Frauen	Ulrike Kunst	Mo., 11.02.2013 - 08:30 Uhr	03502701	236
Büro-fit (2) mit Office 2010 für Frauen	Ulrike Kunst	Mo., 15.04.2013 - 08:30 Uhr	03502702	236
Textverarbeitung Word 2010 - Modul 2 ***	Ulrike Kunst	Fr., 03.05.2013 - 17:00 Uhr	03502008	237
Einladungskarten, Geschenkbanderolen & Ordnerverwaltung mit Word (für Frauen) ***	Ulrike Kunst	Fr., 22.02.2013 - 09:00 Uhr	03502700	238
Serienbriefe mit Word 2010	Ulrike Kunst	Fr., 15.03.2013 - 17:00 Uhr	03502010	238
Rezeptbuch mit Word 2010 (für Frauen) ***	Ulrike Kunst	Fr., 05.04.2013 - 08:30 Uhr	03501704	238
Tabellenkalkulation EXCEL 2010 - Einstieg	Rainer Wieben	Do., 28.02.2013 - 19:00 Uhr	03502006	239
Tabellenkalkulation EXCEL 2010 - Aufbaukurs	Rainer Wieben	Do., 11.04.2013 - 19:00 Uhr	03502007	240
Einführung in die Tabellenkalkulation EXCEL 2010 für Frauen	Gesa Schwarze-Stahn	Sa., 15.06.2013 - 09:00 Uhr	03502784	240
Tabellenkalkulation EXCEL 2010 für Frauen	Ulrike Kunst	Sa., 04.05.2013 - 09:00 Uhr	03502785	240

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
EXCEL 2010 VBA	IT-Team	Fr., 31.05.2013 - 18:30 Uhr	03502011	241
EXCEL 2010 VBA - Diagramme	IT-Team	Sa., 23.03.2013 - 09:30 Uhr	03502014	241
EXCEL 2010 - Formulare	IT-Team	Fr., 08.02.2013 - 18:00 Uhr	03502015	241
EXCEL-Prüfungsvorbereitung für Büro- und Bürokommunikationskaufleute ***	Ulrike Kunst	Fr., 26.04.2013 - 17:30 Uhr	03502017	241
Powerpoint 2010	IT-Team	Fr., 17.05.2013 - 17:00 Uhr	03502005	242
E-Mail-Grundlagen mit Outlook 2010	IT-Team	Sa., 02.02.2013 - 09:30 Uhr	03502004	243
Outlook 2010 Profiwissen	IT-Team	Fr., 22.02.2013 - 17:00 Uhr	03502013	243
One Note 2010	IT-Team	Fr., 01.03.2013 - 18:00 Uhr	03502016	243, 244
Visual Basic 2010	IT-Team	Sa., 11.05.2013 - 09:30 Uhr	03502012	244
Arbeiten mit AutoCAD 2013 - Modul 2	EDV Dozententeam	Di., 08.01.2013 - 18:00 Uhr	R03503004	244
Autodesk Inventor 2013 - Modul 2	EDV Dozententeam	Di., 12.02.2013 - 18:00 Uhr	03503027	244
Project 2010 - Projektmanagement	IT-Team	Fr., 21.06.2013 - 18:30 Uhr	03502001	244
Visio 2010	IT-Team	Fr., 07.06.2013 - 18:30 Uhr	03502002	244
CorelDraw Graphics Suite - Modul 1	EDV Dozententeam	Di, 09.04.2013 - 18:00 Uhr	03503024	245
SQL lernen und anwenden ***	IT-Team	*	03502009	245
E-Mailen, Internet, Suchen und Finden	Ulrike Kunst	Di., 16.04.2013 - 09:00 Uhr	03502003	246
Social Media	IT-Team	Fr., 15.02.2013 - 17:00 Uhr	03501002	247
Digitale Fotografie „Grundkurs“	Harald Klapproth	Fr., 11.01.2013 - 17:00 Uhr	R03501031	248
Digitale Fotografie „Grundkurs“	Harald Klapproth	Fr., 08.03.2013 - 17:00 Uhr	03501030	248
Digitale Fotografie „Fortgeschrittene“ ***	Harald Klapproth	Fr., 12.04.2013 - 17:00 Uhr	03501031	248
Foto-/Bildbearbeitung inkl. Fotobucherstellung	EDV Dozententeam	Di., 28.05.2013 - 18:00 Uhr	03501013	249
Elektronische Steuererklärung mit Elster	Theo Garrelts	Mo., 18.03.2013 - 19:00 Uhr	03500006	250
Buchführung - Theorie und Praxis	Wolfgang Rausch	Mi., 20.02.2013 - 19:00 Uhr	03505001	250, 251
EDV-Finanzbuchhaltung mit Lexware	Michael Lehmkuhl	Mo., 08.04.2013 - 09:00 Uhr	00505099	252
Tastschreiben am PC	Brigitte Stockmann	Mo., 18.02.2013 - 18:30 Uhr	03504001	255
Tastschreiben am PC kompakt	Brigitte Stockmann	Mo., 01.07.2013 - 10:00 Uhr	03504004	255

*) Für diese Veranstaltungen stehen die Beginndaten noch nicht fest. Bitte lassen Sie sich vormerken.

**) Geschlossene Folgekurse - weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.vhs-diepholz.de.

***) Veranstaltungen „Neu vor Ort“.

SULINGER LAND

Kirchdorf, Schwaförden, Siedenburg, Sulingen

Arbeitsstellenleitung

Kirchdorf - Samtgemeinde-Infos

Rathausstr. 12, 27245 Kirchdorf
Tel. 04273 88-0
Fax 04273 88-77
www.kirchdorf.de
info@kirchdorf.de
Sprechzeiten Rathaus
Mo. - Fr. 08:00 - 12:00 Uhr
Do. 14:00 - 18:00 Uhr

Schwaförden - Samtgemeinde-Infos

Poststraße 157
27252 Schwaförden
Tel. 04277 9303-0
Fax 04277 9303-50
www.schwafoerden.de
info@schwafoerden.de
Sprechzeiten Rathaus
Montag bis Freitag
08:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag
15:00 - 17:00 Uhr
und nach tel. Vereinbarung

Siedenburg

Allee 4, 27254 Siedenburg
Tel. 04272 79-0
www.siedenburg-online.de
kontakt@siedenburg-online.de
Sprechzeiten Rathaus
Montag bis Freitag
08:30 - 12:00 Uhr
Dienstag 14:00 - 17:00 Uhr
Donnerstag
14:00 - 18:00 Uhr

Sulingen - Infos der Stadtverwaltung

Galtener Str. 12, 27232 Sulingen
Tel. 04271 88-0
Fax 04271 88-33
www.sulingen.de
stadt@sulingen.de
Sprechzeiten Rathaus
Mo., Di., Mi. und Fr.:
08:00 - 12:00 Uhr
Do.: 08:00 - 18:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Unterrichtsräume

Oberschule Kirchdorf
Standort Varrel
Wehrblecker Str. 2, 27259 Varrel

Oberschule Kirchdorf
Glockenberg 16, 27245 Kirchdorf

Dorfgemeinschaftshaus
Kirchdorf

Küsterhaus Varrel
Hohe Straße 12, 27259 Varrel

Heuerlingshaus
Mallinghäuser Straße 10
27257 Sudwalde

Schule Schwaförden
27252 Schwaförden

Haupt- und Realschule Schwaförden - Außenstelle Ehrenburg
Knüppeldamm 12, 27248 Ehrenburg

Grundschule Scholen / B61
27251 Scholen

Amtshaus
Allee 4, 27254 Siedenburg

Fachwerkhaus
Sportlerheim
27246 Borstel

VHS in Sulingen
Am Deepenpool 27,
Eingang Mittelschulweg
27232 Sulingen

Carl-Prüter-Schule
Am Deepenpool 27
27232 Sulingen

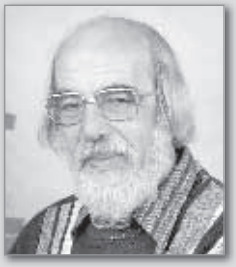
Grundschule Sulingen
Schmelingstraße 32
27232 Sulingen

Arbeitsstellen Kirchdorf/Varrel

Gerhard Kropf
Im Lohfelde 3
27259 Varrel
Tel. 04274 675
Gerhard.Kropf@gmx.de

Arbeitsstelle Schwaförden

Sabine Rasper
Atelierhof Scholen 53
27251 Scholen
Tel. 04245 267
sabine.rasper@scholen53.de



Arbeitsstelle Siedenburg

Wolfram von Königslöw
Sieden 42
27246 Borstel
Tel. 04276 386
wolf-koenigsloew@gmx.de

Arbeitsstelle Sulingen

Anette Sander
Nienburger Str. 91
27232 Sulingen
Tel. 04271 1745
anette.sander@ewetel.net

Anmeldung
Tel. 05441 976-4444
Fax 05441 976-4942
E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de
www.vhs-diepholz.de

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Gesellschaft				
Gesprächskreis über Alltagsprobleme	Margarethe Dünckmann	*	22100701	67
Geschichtswerkstatt Lindern	Mohrmann	Fr., 25.01.2013 - 15:30 Uhr	22101001	70
Geschichtswerkstatt	Irmgard Krebs	Mi., 06.02.2013 - 19:30 Uhr	11101002	71
Geschichtswerkstatt Wehrbleck	Markus Kellermann	Di., 05.02.2013 - 19:30 Uhr	11101003	71
Geschichtswerkstatt	Dorothee Sudenn	Mo., 11.02.2013 - 20:00 Uhr	11101004	71
Auf dem Weg nach Europa ***				
Zu Besuch in Insterburg	Manfred Buchwitz	Do., 25.04.2013 - 20:00 Uhr	16102002	79
Von Finnland nach Russland	Gaby und Jürgen Rose	Do., 24.01.2013 - 20:00 Uhr	16102003	79
Diepholzer Moorniederung - Schäferei	Jan Teerling	Do., 28.02.2013 - 20:00 Uhr	16102004	79
Landwirtschaftliche Betriebe um Leibzig	Wilhelm Christian Oetker	Do., 04.04.2013 - 20:00 Uhr	16102005	79
Fleissige Bienen und ihr Helfer ***	Heinrich Kordes	Sa., 06.04.2013 - 14:30 Uhr	16101401	86
Pflegeleichte Gartengestaltung - inspirierende Entwürfe und konkrete Beispiele	Katja Purnhagen	Do., 18.04.2013 - 19:00 Uhr	22114003	87
Gartenträume zum selber bauen	Katja Purnhagen	Sa., 20.04.2013 - 10:00 Uhr	16114001	87, 88
Lazy Gardening - Pflegeleicht gärtnern, entspannt genießen	Katja Purnhagen	Sa., 04.05.2013 - 10:00 Uhr	22114004	88
Gartenteiche - die Oase im Garten	Manfred Ahrens	Do., 07.03.2013 - 19:30 Uhr	22114005	89
Immer diese Störer - Leben und Arbeiten mit Störungen	Wolfgang Raabe	Di., 12.02.2013 - 18:00 Uhr	22106001	93
Immer diese Störer 4 - Leben und Arbeiten mit Störungen	Wolfgang Raabe	Di., 05.02.2013 - 19:30 Uhr	22106002	93
Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kindesalter	Lutz Hoffmann-Schreeck	Sa., 01.06.2013 - 09:00 Uhr	00106792	101
„Jetzt rede ich!“ Gesprächskreis für Frauen mit Migrationshintergrund	Margarethe Dünckmann	*	22100702	107
Thema: „Sicher mobil“	Siegfried Noß	Mi., 13.02.2013 - 15:00 Uhr	16115001	112
Kulturelle Bildung				
Hannoversche Schmunzelbücher ***	Kurt Achim Köweker	Fr., 08.03.2013 - 20:00 Uhr	11201001	122
Welttag des Buches: EinBlick in eine handwerkliche Buchbinderei	Sabine Rasper	Di., 23.04.2013 - 15:00 Uhr	16200001	126
Lale Andersen und Marlene Dietrich ***	Anna Haentjens	So., 10.02.2013 - 19:00 Uhr	11207002	129
Aquarell-Malerei	Karin Altrogge	* - 18:15 Uhr	22205002	131
Acrylfarbe: Malen und Experimentieren	Cordula Kagemann	Mi., 06.02.2013 - 19:00 Uhr	22205001	133
Mit Pinsel, Farbe und Palette	Marianne Kellermann	Di., 12.02.2013 - 18:30 Uhr	11205001	135
Mit Pinsel, Farbe und Palette	Marianne Kellermann	Di., 12.02.2013 - 16:00 Uhr	11205002	135
Kunst und Kulturtechniken für Menschen mit Behinderungen	Bärbel Bahlke-Meisel	*	00205020	136
Kunstkurs für Menschen mit Behinderungen	Bärbel Bahlke-Meisel	*	00205021	136

Ihre Anzeige
könnte hier Aufmerksamkeit finden...

Wir bieten attraktive Konditionen.
Gern senden wir Ihnen unsere Mediadaten.

VHS des Landkreises Diepholz
Nienburger Str. 5, 28857 Syke

Tel. 04242 976-4075
vhs@vhs-diepholz.de

www.vhs-diepholz.de

vhs

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Farbe erleben - Malen für Frauen	Cordula Kagemann	Sa., 23.02.2013 - 10:00 Uhr	22205701	133
Töpfern, was das Zeug hält	Sabine Kratzer	Sa., 09.02.2013 - 10:00 Uhr	16206002	140
Gesundheitsbildung				
Homöopathie bei Grippe und Erkältungskrankheiten ***	Irene Plein	Di., 19.02.2013 - 19:30 Uhr	22304001	159
Qi Gong	Helmut Hesterberg	So., 10.02.2013 - 10:00 Uhr	22301009	163
Taijiquan 1	Insa Zwanck-Bründl	Do., 21.02.2013 - 18:45 Uhr	22301004	165
Taijiquan 2	Insa Zwanck-Bründl	Mi., 20.02.2013 - 20:15 Uhr	22301005	165
Yoga	Marion Beneker	Mo., 06.05.2013 - 19:30 Uhr	11301002	166
Yoga	Marion Beneker	Mo., 04.02.2013 - 19:30 Uhr	11301004	166
Yoga	Marion Beneker	Mo., 04.02.2013 - 17:30 Uhr	11301001	166
Yoga	Marion Beneker	Mo., 06.05.2013 - 17:30 Uhr	11301003	166
Hatha Yoga	Helmut Hesterberg	Di., 07.05.2013 - 18:45 Uhr	22301012	167
Hatha Yoga	Helmut Hesterberg	Di., 05.02.2013 - 18:45 Uhr	22301013	167
Progressive Muskelentspannung - die Kunst im Alltag zu entspannen	Sonja Kurowski	Mo., 11.02.2013 - 19:30 Uhr	22301001	172
Aerobic	Susanne Weber	Mi., 06.02.2013 - 18:00 Uhr	11302001	180
Step-Aerobic	Gaby Maschmann	Di., 05.02.2013 - 18:30 Uhr	22302001	180
Rund um Fit	Dörthe Meyer	Mo., 04.02.2013 - 19:30 Uhr	22302002	180
Wassergymnastik für Männer	Sabine Waldera	Fr., 01.02.2013 - 13:00 Uhr	19302003	184
Wassergymnastik	Sabine Waldera	Fr., 01.02.2013 - 13:45 Uhr	19302004	184
Wassergymnastik	Sabine Waldera	Do., 07.02.2013 - 15:15 Uhr	19302701	184
Wassergymnastik	Sabine Waldera	Do., 07.02.2013 - 14:30 Uhr	19302702	184, 185
Kochen leicht gemacht	Annemarie Stührmann	* - 9:15 Uhr	22307005	190
Sprachen				
Deutsch als Fremd-, Zweitsprache				203
Chinesische Sprache und Kultur	Shifen Liu	Do., 14.02.2013 - 18:30 Uhr	22402001	199
Englisch mit Muße - A2/B1	Vicki Steinfeld	Mi., 13.02.2013 - 09:30 Uhr	22406602	208
Englisch - „Basic Course“ - A1	Wolfram von Königslöw	Fr., 19.04.2013 - 18:00 Uhr	22406001	209
Let‘s talk English - A2	Isabelle Brengues	Do., 07.02.2013 - 18:00 Uhr	22406002	212
Französisch - A2	Isabelle Brengues	Di., 12.02.2013 - 18:00 Uhr	22408001	216
Französisch 1 - A1	Isabelle Brengues	Mo., 04.02.2013 - 18:30 Uhr	22408002	216
Französisch Konversation - (Ré)activez votre francais - B1	Ulrike Wiese	Mi., 06.02.2013 - 17:30 Uhr	22408003	217
Spanisch 1 - A1	Manfred Pfahl	Mi., 13.02.2013 - 18:00 Uhr	22422001	224
Spanisch 2 - A1	Manfred Pfahl	Mi., 13.02.2013 - 19:30 Uhr	22422002	224
Arbeit und Beruf				
PC-Einführung	Ulrike Kunst	Mi., 13.02.2013 - 09:00 Uhr	22501005	230
Umstieg auf Windows 7 und Office 2010	Ulrike Kunst	Fr., 25.01.2013 - 17:00 Uhr	R22502004	236
Büro-fit (1) mit Office 2010	Ulrike Kunst	Do., 14.02.2013 - 08:30 Uhr	22501710	236
Büro-fit (2) mit Office 2010	Ulrike Kunst	Do., 11.04.2013 - 08:30 Uhr	22501711	236
Textverarbeitung WORD 2010 - Modul 2	Ulrike Kunst	Fr., 01.03.2013 - 17:00 Uhr	22502001	237
Serienbriefe mit Word 2010	Ulrike Kunst	Sa., 25.05.2013 - 9:30 Uhr	22502003	238
Tabellenkalkulation EXCEL 2010 - Einstieg	Ulrike Kunst	Fr., 22.02.2013 - 17:00 Uhr	22502006	239
Tabellenkalkulation EXCEL 2010 - Aufbaukurs	Ulrike Kunst	Fr., 05.04.2013 - 17:00 Uhr	22502007	240
EXCEL-Prüfungsvorbereitung für Büro- und Bürokommunikationskaufleute ***	Ulrike Kunst	Fr., 12.04.2013 - 17:30 Uhr	22502002	241
Powerpoint 2010	Ulrike Kunst	Fr., 08.03.2013 - 17:00 Uhr	22502004	242
Outlook 2010 für die Büroorganisation	Ulrike Kunst	Fr., 18.01.2013 - 17:00 Uhr	R22502003	243
Outlook 2010 für die Büroorganisation	Ulrike Kunst	Fr., 15.02.2013 - 17:00 Uhr	22502008	243
E-Mailen - Internet - Suchen und Finden	Ulrike Kunst	Mi., 10.04.2013 - 09:00 Uhr	22502005	246
E-Mailen - Internet - Suchen und Finden	Ulrike Kunst	Mo., 11.02.2013 - 19:00 Uhr	22501703	246
Foto-/Bildbearbeitung inkl. Fotobucherstellung	Dozententeam	Fr., 19.04.2013 - 18:00 Uhr	22501009	249
Das Smartphone-Betriebssystem Android	Dozententeam	Sa., 09.02.2013 - 10:00 Uhr	22501010	254

*) Für diese Veranstaltungen stehen die Beginndaten noch nicht fest. Bitte lassen Sie sich vormerken.

**) Geschlossene Folgekurse - weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.vhs-diepholz.de.

***) Veranstaltungen „Neu vor Ort“.

SYKE

Arbeitsstellenleitung

Helma Evers
Fachbereich Politik/Gesellschaft/Umwelt
Leerßer Str. 51, 28857 Syke
Tel. 04242 7522
helma.evers@ewetel.net

Hannelore Turner
Fachbereiche Kultur/Gestalten und Gesundheit
Herrlichkeit 25, 28857 Syke
Tel. 04242 84599
hanne.turner@t-online.de

Konrad Fröhlich
Fachbereiche Sprachen, Arbeit und Beruf
Schmidtsweg 1, 28857 Syke
Tel. 04242 50856
Fax 04242 933214
KFroehlich@t-online.de

Anmeldung
Tel. 04242 976-4444
Fax 04242 976-4942
E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de
www.vhs-diepholz.de

Syke-Infos

Sprechzeiten Rathaus

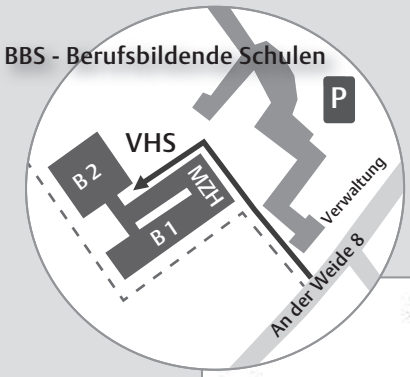
Mo. - Fr. 08:00 - 12:00 Uhr
sowie 14:00 - 16:00 Uhr
Bürgertelefon 04242 164-0
Fax 04242 164-164
Bibliothek 04242 164-235
Stadt u. Kultur 04242-164-221/222
Internet: www.syke.de
E-Mail: stadt.syke@syke.de

Sprechzeiten Bürgerbüro

Mo., Di. 08:00 - 17:00 Uhr
Mi. 07:30 - 16:00 Uhr
Do. 08:00 - 18:00 Uhr
Fr. 07:30 - 13:00 Uhr
1. und 3. Sa. im Monat
von 10:00 - 12:00 Uhr

„Rüttelschuh“ e. V.
Kulturinitiative Barrien - Wassermühle
Tel. 04242 7170

Jazz, Folk, Klassik e. V.
Tel. 04242 70166



Unterrichtsstätten

- Alte Posthalterei

  Nienburger Str. 5, 28857 Syke

  VHS in der Waldstraße 1
  Waldstraße 1, 28857 Syke

  VHS in der Waldstraße 3
  Waldstraße 3, 28857 Syke
- Berufsbildende Schulen Syke
  An der Weide 8, 28857 Syke

  Die Raumangaben beziehen sich auf zwei Gebäude im sog. Altbaubereich (B2 und Mehrzweckhalle). Beide Gebäude sind von der Straße aus nicht zu sehen. Sie erreichen die Gebäude über einen ansteigenden Weg, der links am Hauptgebäude vorbeiführt. Parken ist auf dem Schulgelände möglich.
- Schulzentrum
  Gymnasium und Realschule
  La-Chartre-Straße, 28857 Syke
- Stadtarchiv im Rathaus
  Hinrich-Hanno-Platz 1, 28857 Syke
- Kreismuseum Syke
  Herrlichkeit 65 (an der B 6)
  28857 Syke
- Jugend- und Kulturzentrum
  Am Lindhof 1, 28857 Syke
- Syker Vorwerk
  Zentrum für zeitgenössische Kunst
  Am Amtmannsteich 3
  28857 Syke

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Gesellschaft				
Die Nordwestregion im Klimawandel	Heiko Garrelts	Do., 11.04.2013 - 19:30 Uhr	00107106	15
Eine Welt - bunte Worte		Fr., 12.04.2013 - 19:00 Uhr	00201000	16
Prüfung - Einbürgerungstest	Heinrich Warneke	Fr., 22.02.2013 - 09:30 Uhr	30100037	66
Prüfung - Einbürgerungstest	Heinrich Warneke	Fr., 19.04.2013 - 09:30 Uhr	30100038	66
Prüfung - Einbürgerungstest	Heinrich Warneke	Fr., 23.08.2013 - 09:30 Uhr	30100040	66
Kriegs- und Nachkriegskinder	Magda Ventzke	Di., 15.01.2013 - 16:00 Uhr	23101008	70
Geschichtswerkstatt 800 Jahre Gessel-Leerßen	Hermann Greve	Do., 07.02.2013 - 17:00 Uhr	23101021	71
Geschichte des Sports im Landkreis Diepholz von 1870 bis heute	Dr. Ralf Vogeding	Sa., 30.03.2013 - 15:00 Uhr	23111002	72
Zwischen Feldarbeit und Badespaß	Dr. Ralf Vogeding	Fr., 30.08.2013 - 15:00 Uhr	23111003	73
Guck an, ein Denkmal! ***	Hanne Turner	Fr., 19.04.2013 - 16:00 Uhr	23111001	76, 77
Ostmitteleuropa und der europäische Südosten	Helmut Kastens	Di., 19.02.2013 - 09:30 Uhr	23101011	79
Das Baltikum	Helmut Kastens	Mi., 20.03.2013 - 09:30 Uhr	23101012	79
Die Türkei zwischen Europa und Islamismus	Helmut Kastens	Di., 16.04.2013 - 09:30 Uhr	23101013	79
Madrid / Kastilien ***	Klaus Kirmis	Di., 09.04.2013 - 19:30 Uhr	00110014	81
Normandie ***	Klaus Kirmis	Mi., 17.04.2013 - 19:30 Uhr	00110015	81
„Rund um die Erde“	Adrian Popp	Mi., 06.02.2013 - 18:00 Uhr	00110011	84
Fossilien und Evolution - Paläontologie	Adrian Popp	Mi., 20.02.2013 - 18:00 Uhr	00110012	84
Einführung in die Sedimentärgeschiebe	Adrian Popp	Mi., 06.03.2013 - 18:00 Uhr	00110013	85
Risiken, Chancen früher Krippenbetreuung	Erika Butzmann	Sa., 13.04.2013 - 11:00 Uhr	00106004	94
Aus innerer Haltung mit Herz und Absicht	Ute Bries	Di., 14.05.2013 - 19:30 Uhr	00106110	94
Erste Schritte ins Figurenspiel - Puppen bew.	Dozentinnenteam	Fr., 22.02.2012 - 14:00 Uhr	00106410	94
Gebärdenunterstützende Kommunikation	Dozentinnenteam	Fr., 03.05.2012 - 14:00 Uhr	00106420	94, 95
Minna - Mathe in Natur für Erzieher/-innen	Dr. Heike Pabst	Mi., 15.05.2013 - 09:00 Uhr	00106071	95
Integrative Erziehung ... im Kindergarten	Dozentinnenteam	Herbst 2013	00106020	96
Biografiearbeit für Familien mit Pflegekindern	Nicola Lüllmann	Sa., 20.04.2013 - 09:30 Uhr	00106041	96
vhsConcept Sprachfortbildung	Dozentinnenteam	Fr., 01.02.2013 - 9:00 Uhr	00106104	96
Fachkraft Kleinstkindpädagogik	Dozentinnenteam	Do., 01.03.2012 - 09:00 Uhr	00106148	96
Systemische/-r Familienberater/-in (VHS)	E. Müller, Gerd Not-Debbeler	Fr., 08.02.2013 - 09:00 Uhr	00107101	97
Vertiefungsworkshop: Akustik	H. Wohlers-Endr., S. Köper-J.	Di., 26.02.2013 - 09:00 Uhr	00106061	98
Grundkurs I: Wasser	Reginald Pauka, Rita Bieler	Do., 06.06.2013 - 09:00 Uhr	00106063	98
Vertiefungsworkshop: Sprudelgase	Dr. H. Pabst, Reginald Pauka	Do., 18.04.2013 - 09:00 Uhr	00106065	98
Vorbereitung auf den Tag der kleinen Forscher	Reginald Pauka, Rita Bieler	Do., 14.03.2013 - 09:00 Uhr	00106067	98
Qualifizierung in der Kindertagespflege	Dozentinnenteam	Mi., 01.01.2014 - 19:00 Uhr	00106780	100
Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kindesalter	Lutz Hoffmann-Schreeck	Sa., 02.03.2013 - 09:00 Uhr	00106791	101
Auffrischungskursus Erste Hilfe bei Notfällen	Lutz Hoffmann-Schreeck	Mi., 01.01.2014 - 18:30 Uhr	00106795	101
Kommunikationstraining	Dorothea Lang	Fr., 08.03.2013 - 18:30 Uhr	23107001	103
Trennungsrituale ***	Gertraud Matthies	Do., 25.04.2013 - 19:30 Uhr	23107004	104
Das innere Kind	Gertraud Matthies	Di., 05.03.2013 - 19:30 Uhr	23107003	105
Religion und Staat in Geschichte ...	Helmut Kastens	Mi., 15.05.2013 - 09:30 Uhr	23101014	109
Sachkundeprüfung für Hundehalter ***	Volker Feser	Mi., 06.03.2013, 19:00 Uhr	23114014	114
Kulturelle Bildung				
Eine Welt - bunte Worte	Dr. Radosveta Hofmann	Fr., 12.04.2013 - 19:00 Uhr	00201000	16
Ausstellung: Monika Mohrmann-Wulf und Rodi Khalil		Fr., 05.04.2013 - 19:00 Uhr	00204001	120
Ausstellung: Helga Leohold-Wohlers		Mi., 16.01.2013 - 19:00 Uhr	00204005	120
„Oh, Ringelnatz, du Morgenstern...“ ***	Christian Quadflieg	Fr., 22.02.2013 - 20:00 Uhr	23201001	121, 122
„Ich bin im Bilde...“ -				

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Kurzgeschichten und Schmalzbrote - die etwas andere Abendlesung ***	Dozententeam	So., 03.03.2013 - 17:30 Uhr	23201011	122
Tierischer Spaß mit dem „Herrn der Stimme“ ***		So., 24.02.2013 - 18:00 Uhr	23201010	122
Hermann Hesse: Leben, Zeit, Werk, Wirkung	K. Kirmis, Ludger Hellermann	Fr., 08.03.2013 - 19:30 Uhr	23203005	123
Lesefrühstück	Dozententeam	Do., 28.02.2013 - 09:00 Uhr	23201002	124
Deutsche Erzähler des 20. Jahrhunderts	Christof Eckardt	Mi., 06.02.2013 - 09:30 Uhr	00201006	124
Geschichte der Europäischen Malerei	Klaus Kirmis	Sa., 09.03.2013 - 10:00 Uhr	23203007	126
Bremen - Das Haus des Reichs	Gundula Rentrop, H. Turner	Do., 11.04.2013 - 16:00 Uhr	23203001	128
Gong - Zeit	Brigitte Zickmann	Fr., 29.03.2013 - 12:30 Uhr	00200027	129
Singen - bewegt!	Stefanie Lubrich	Sa., 27.04.2013 - 12:30 Uhr	23208001	129
Comic-Zeichnen ***	Dörte Wollgast	Sa., 16.02.2013 - 11:00 Uhr	23205001	130, 131
Künstlerische Techniken: Umgang mit Bleistift, Pastellkreide, Aquarell- und Acrylfarbe ***	Silvia Lauer-Schulz	Di., 12.02.2013 - 15:00 Uhr	23205000	133, 135
Stempel herstellen ***	Silke Friedhoff	Sa., 09.02.2013 - 14:00 Uhr	23205002	136
Zeichnen mit Bleistift, Kohle und Feder	Marlies Göhring	Do., 14.02.2013 - 09:30 Uhr	23205008	130
Dekorative Bilder - selbst gestaltet	Gundula Gudde	Mo., 18.02.2013 - 19:00 Uhr	23205010	136
Dekorative Bilder - selbst gestaltet	Gundula Gudde	Mo., 25.03.2013 - 19:00 Uhr	23205011	136
Schmieden	Peter Steinke	Sa., 04.05.2013 - 10:00 Uhr	23212007	138
Schmieden	Peter Steinke	Sa., 25.05.2013 - 10:00 Uhr	23212008	138
Die Kunst der Mosaike ***	Rodi Khalil	Sa., 13.04.2013 - 11:00 Uhr	23212001	139
Korbflechten mit Weiden und anderen Flechtmaterialien: die drei Grundflechtarten	Hanswerner Kirschmann	Sa., 11.05.2013 - 10:00 Uhr	23212003	139, 140
Keramik- Workshop ***	Sabine Kratzer	Sa., 04.05.2013 - 10:00 Uhr	23206001	140
Klöppeln für Anfänger/-innen	Angelika Küker	Sa., 01.06.2013 - 09:00 Uhr	23213003	145
Zpaghetti-Garne zum Häkeln und Stricken		*	23213002	146
Stricken	Margret Ritterhoff	Di., 05.02.2013 - 19:30 Uhr	23213004	146
Filzen: Eine Werkstatt für alle	Marion Frenzel	So., 09.06.2013 - 10:00 Uhr	23213001	148
Ein Nähkurs - maßgeschneidert für Sie! ***	Ellen Haß	Sa., 16.02.2013 - 10:00 Uhr	23214001	148, 149
Ein Nähkurs - maßgeschneidert für Sie! ***	Ellen Haß	Sa., 20.04.2013 - 10:00 Uhr	23214002	148, 149
Farb- und Typberatung für Frauen und Männer	Hanna Behrens	Fr., 01.03.2013 - 17:00 Uhr	23214005	150
Kosmetik-Themenabend: Die richtige Pflege	Andrea Zacharias, El. Homann	Mi., 06.02.2013 - 19:00 Uhr	23214703	150
Kosmetik-Themenabend: Tages-Make-Up	Elena Homann, And. Zacharias	Mi., 20.02.2013 - 19:00 Uhr	23214704	150
Kosmetik-Themenabend: Das Abend-Make Up	And. Zacharias, Elena Homann	Mi., 06.03.2013 - 19:00 Uhr	23214705	150
Schminken für Teenies ***	Elena Homann, And. Zacharias	Mi., 20.03.2013 - 19:00 Uhr	23214706	150
Gesundheitsbildung				
Entweder gut oder böse und ziemlich extrem	Dr. Hardy Gutknecht	Do., 14.03.2013 - 19:00 Uhr	23304009	154
Körper und Seele	Dr. Hardy Gutknecht	Do., 23.05.2013 - 19:00 Uhr	23304002	154
Mehr Geld für Demenzkranke!	Christine Körbel	Di., 12.03.2013 - 19:00 Uhr	23306001	154
Wie kann man in Syke im Alter Wohnen?		Di., 09.04.2013 - 17:00 Uhr	23306002	154
Qi Gong im Sitzen ***	Silvia Lauer-Schulz	Fr., 15.02.2013 - 15:45 Uhr	23301025	154, 164
Bewegungstag für Ältere Menschen		Sa., 02.03.2013 - 13:00 Uhr	23302018	154, 179

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Aussteigen bevor es zu spät ist ***	Helke Hoff	Mi., 06.02.2013 - 19:00 Uhr	23304007	156
Hypnose als Therapieform ***	Hans-Holger Ahlsdorff	Fr., 05.04.2013 - 19:00 Uhr	23304001	157
Taping - sanft gegen den Schmerz	Jacek Skarbek	Sa., 04.05.2013 - 10:00 Uhr	23305001	161
Dorn-Breuß-Methode ***	Jacek Skarbek	Sa., 01.06.2013 - 10:00 Uhr	23305002	161
Entspannt ins Wochenende mit Qi Gong	Silvia Lauer-Schulz	Fr., 15.02.2013 - 17:00 Uhr	23301026	164
Das Herz-Qi Gong	Silvia Lauer-Schulz	Sa., 08.06.2013 - 10:00 Uhr	23301027	164
Das Muskel- und Knochen-Qi Gong	Silvia Lauer-Schulz	Sa., 09.03.2013 - 10:00 Uhr	23301028	164
Qi Gong - ein Schnuppertag ***	Silvia Lauer-Schulz	Sa., 09.02.2013 - 10:00 Uhr	23301010	164
Hatha-Yoga	Christa Dornieden-Schmidt	Mi., 20.02.2013 - 18:00 Uhr	23301009	166
Hatha-Yoga	Christa Dornieden-Schmidt	Mi., 20.02.2013 - 20:00 Uhr	23301011	166
Hatha-Yoga	Gisela Panzer	Di., 05.02.2013 - 18:15 Uhr	23301006	168
Hatha-Yoga	Gisela Panzer	Mi., 06.02.2013 - 08:45 Uhr	23301004	168, 169
Hatha-Yoga	Gisela Panzer	Mi., 06.02.2013 - 10:30 Uhr	23301005	168, 169
Mehr Energie und Gesundheit: Psychosomatische Energetik ***	Birgitt Zillmann	Fr., 12.04.2013 - 18:00 Uhr	23304008	173
Meditation ***	Helke Hoff	Sa., 06.04.2013 - 10:00 Uhr	23301017	174
Meditation ***	Helke Hoff	Mo., 11.02.2013 - 18:30 Uhr	23301701	174
Pilates	Waltraud Arends	Di., 09.04.2013 - 17:00 Uhr	23301015	175
Pilates	Waltraud Arends	Mo., 08.04.2013 - 20:15 Uhr	23301016	175
Fit im Beruf - Rücken stärken mit Pilates	Andrea Barth	Mo., 13.05.2013 - 9:00 Uhr	00302004	**
Ich beweg mich - Pilates ***	Waltraud Arends	*	23302019	177
Ich beweg mich - Rückenfit ***	Kerstin Behrens	Di., 16.04.2013 - 9:30 Uhr	23302007	177
In Balance - Training rund um den Rücken	Kerstin Behrens	Do., 21.02.2013 - 19:30 Uhr	23302006	178
In Balance - Training rund um den Rücken	Kerstin Behrens	Do., 21.02.2013 - 18:00 Uhr	23302008	178
Nordic Walking	Andrea Barth	Fr., 05.04.2013 - 17:00 Uhr	23302014	181
Wendo - Stark und selbstbewusst im Alltag ***	Sigrid Neumann	* - 10:00 Uhr	23302706	181
Karate als Körpererfahrung ***	Klaus von Salzen	Di., 05.02.2013 - 20:00 Uhr	23302009	182
Oriental-Workout für Frauen	Lydia Neumann	Di., 05.02.2013 - 18:30 Uhr	23302704	184
Oriental-Workout für Frauen	Lydia Neumann	Do., 07.02.2013 - 19:30 Uhr	23302705	184
Wassergymnastik	Ingeborg Poppe	Mi., 16.01.2013 - 13:45 Uhr	23302011	**
Wassergymnastik	Ingeborg Poppe	Fr., 18.01.2013 - 15:30 Uhr	23302012	**
Wassergymnastik	Ingeborg Poppe	Fr., 18.01.2013 - 14:45 Uhr	23302015	**
Aqua-Fitness	Meike Karnebogen	Fr., 08.02.2013 - 17:00 Uhr	23302016	**
Aqua-Fitness	Meike Karnebogen	Fr., 08.02.2013 - 16:15 Uhr	23302017	**
Wassergymnastik	Meike Karnebogen	Do., 07.02.2013 - 15:00 Uhr	23302606	**
Wassergymnastik	Meike Karnebogen	Do., 07.02.2013 - 15:45 Uhr	23302607	**
Wassergymnastik	Meike Karnebogen	Fr., 08.02.2013 - 14:00 Uhr	23302608	**
Essen ohne Nebenwirkungen ***	Martina Lange	Mi., 13.02.2013 - 19:00 Uhr	23307016	186
Essen ohne Nebenwirkungen ***	Martina Lange	Mi., 20.02.2013 - 18:00 Uhr	23307017	186
Süße Leckereien aus Kräutern ***		Sa., 06.07.2013 - 14:30 Uhr	23307002	187
Kochen für Anfängerinnen und Anfänger	Annemarie Stührmann	Mo., 25.02.2013 - 18:00 Uhr	23307005	188
Kochen für Anfängerinnen und Anfänger	Annemarie Stührmann	Mo., 15.04.2013 - 18:00 Uhr	23307006	188
Kochen für Anfängerinnen und Anfänger	Annemarie Stührmann	Mo., 10.06.2013 - 18:00 Uhr	23307007	188
Frühlingserwachen	Annelore Balke	Mi., 27.03.2013 - 18:00 Uhr	23307014	191
Kulinarisches Thailand	Annelore Balke	Mi., 20.02.2013 - 18:00 Uhr	23307011	193
Kulinarischer Orient	Annelore Balke	Mi., 23.01.2013 - 18:00 Uhr	23307010	**
Der erste Spargel ist da!	Annelore Balke	Mi., 17.04.2013 - 18:00 Uhr	23307012	**

Café
Alte Posthalterei

Erzähl-Café

Kulturelles - Interkulturelles - Politisches - Menschliches

Veranstaltungen und Termine finden Sie auf Seite 76 hier im Programmheft.

Café „Alte Posthalterei“, Waldstr. 3
Postscheune der alten Posthalterei

- **Café täglich geöffnet 14:00 - 18:00 Uhr**

Café-Betreiber: Rund ums Syker Rathaus e. V.

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Sprachen				
Deutsch als Fremd-, Zweitsprache				203
Dänisch 1 - A1 ***	Heike Behrens	Mi., 06.02.2013 - 18:00 Uhr	23415001	199
Chinesisch 2 - A1	Angela Wiegmann	Di., 05.02.2013 - 18:30 Uhr	23402001	199
„Snack op Platt“: School vör hunnert Johr	Traute Dittmann	Do., 16.05.2013 - 15:00 Uhr	23426002	200
Plattdeutsches mit dem Didi-Doktor		So., 07.04.2013 - 15:00 Uhr	23426009	200
Snack op Platt: „He snackt as`n Book“	Tr. Dittmann, Dr. R.Vogeding	Mi., 20.03.2013 - 15:00 Uhr	23426010	200
Englisch mit Muße - B1	Sarah Jaye Duyvestein	Di., 05.02.2013 - 16:00 Uhr	23406005	208
Englisch - „Basic Course“ - A1	Sarah Jaye Duyvestein	Mi., 06.02.2013 - 18:00 Uhr	23406006	209
Englisch - A2	Andy Zumaya	Mo., 04.02.2013 - 18:15 Uhr	23406011	210
Englisch - A2	Andy Zumaya	Mo., 04.02.2013 - 20:00 Uhr	23406014	210
Relaxed English Conversation - B1	Wendy Fried-Thiel	Mi., 06.02.2013 - 17:00 Uhr	23406002	212
Easy Conservation - B1	Sarah Jaye Duyvestein	Mi., 06.02.2013 - 19:45 Uhr	23406003	212
Blarney - Englisch für die Reise - A2/B1	Sven Richter	Sa., 11.05.2013 - 09:00 Uhr	23406001	214
Business English - A2/B1	Sarah Jaye Duyvestein	Di., 05.02.2013 - 18:00 Uhr	23406004	214
Finnisch 9 - A2	Sari Alkio	Mi., 13.02.2013 - 18:30 Uhr	23407003	216
Französisch Konversation - B2	Christine Jahnel	Do., 21.02.2013 - 08:30 Uhr	23408001	217
Griechisch 2 - A1	Alkiviadis Spyrou	Mi., 06.02.2013 - 18:30 Uhr	23412001	218
Polnisch 1 - A1	Danuta Masche	Di., 05.02.2013 - 18:30 Uhr	23417000	221
Polnisch 3 - A1	Danuta Masche	Do., 07.02.2013 - 18:30 Uhr	23417001	221
Spanisch für den Urlaub - A1 ***	Nubia Salame	Sa., 06.04.2013 - 09:00 Uhr	23422004	223
Spanisch für Ältere 3 - A1	Josefa Schröder	Mo., 04.02.2013 - 09:30 Uhr	23422603	223
Spanisch 2 - A1	Corina Oehmichen-Pfähler	Di., 12.02.2013 - 19:40 Uhr	23422003	224
Spanisch für Anfänger - A1	Josefa Schröder	Do., 07.02.2013 - 19:30 Uhr	23422604	224
Spanisch 11 - B1	Corina Oehmichen-Pfähler	Di., 12.02.2013 - 18:00 Uhr	23422002	225
Arbeit und Beruf				
PC-Einführung	Katrin Wiemers	Mo., 04.02.2013 - 19:15 Uhr	23502002	230
Textverarbeitung WORD 2007-2010	Katrin Wiemers	Mo., 08.04.2013 - 19:00 Uhr	23502006	237
Textverarbeitung WORD 2007-2010	Katrin Wiemers	Mo., 06.05.2013 - 19:00 Uhr	23502007	237
Tabellenkalkulation EXCEL 2007 - Einstieg	Christa Rath-Franke	Mi., 06.02.2013 - 18:30 Uhr	23502014	239
Datenbankanwendung ACCESS 2007	Uwe Amelung	Do., 21.02.2013 - 19:00 Uhr	23502008	242
Datenbankanwendung ACCESS 2007	Uwe Amelung	Do., 04.04.2013 - 19:00 Uhr	23502009	242
Suchen und Finden im Internet für Frauen	Margitta Staib	Mi., 27.02.2013 - 09:00 Uhr	23501799	246
E-Mailen - der Umgang mit der elektronischen Post - für Frauen	Margitta Staib	Mi., 10.04.2013 - 09:00 Uhr	23501704	246
Kaufen im Internet - eBay für Anfängerinnen	Margitta Staib	Mi., 05.06.2013 - 09:00 Uhr	23501707	246, 247
Verkaufen Internet - eBay für Anfängerinnen	Margitta Staib	Mi., 12.06.2013 - 09:00 Uhr	23501708	247
Arbeiten mit Adobe Photoshop CS	Christa Rath-Franke	Do., 04.04.2013 - 18:30 Uhr	23501010	248
Fotoalbum ade! - Es lebe das Fotobuch! ***	Christa Rath-Franke	Di., 09.04.2013 - 18:30 Uhr	23501012	249
Unternehmerführerschein	Dozententeam	Sa., 09.03.2013 - 10:00 Uhr	23509001	250
Lohn und Gehalt	Markus Stier	Mo., 11.02.2013 - 19:00 Uhr	23505001	251
Finanzbuchführung ***	Markus Stier	Mo., 13.05.2013 - 19:00 Uhr	23505004	251
Die neue Rechtschreibung	Christiane Behrens	Fr., 08.02.2013 - 14:00 Uhr	00405022	256
Der moderne Brief	Christiane Behrens	Fr., 08.03.2013 - 14:00 Uhr	00506022	256

*) Für diese Veranstaltungen stehen die Beginndaten noch nicht fest. Bitte lassen Sie sich vormerken.

**) Geschlossene Folgekurse - weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.vhs-diepholz.de.

***) Veranstaltungen „Neu vor Ort“.

www.schuettert.de
LESEN - SCHREIBEN LERNEN - SCHENKEN
Schuttert GmbH
BUCHHANDLUNG · BÜROBEDARF
SYKE · WEYHE · DIEPHOLZ
Schlossweide 1 • 28857 Syke
☎ 04242 60452 • Fax 04242 60456
Besuchen Sie uns im Internet:
www.schuettert.de

TWISTRINGEN

Arbeitsstellenleitung

Hedwig Harms
Theodor-Storm-Str. 15
27239 Twistringen
Tel. 04243 2416
h.harms@vhs-dh.de

Anmeldung
Tel. 04242 976-4444
Fax 04242 976-4942
E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de
www.vhs-diepholz.de

Stadtinfos
Lindenstraße 14
27239 Twistringen
Tel. 04243 413-0
Fax 04243 413-200
www.twistringen.de
E-Mail: rathaus@twistringen.de

Sprechzeiten Bürgerservice
Mo. 08:00 - 16:00 Uhr
Di. 08:00 - 18:00 Uhr
Mi. 08:00 - 12:00 Uhr
Do. 08:00 - 18:00 Uhr
Fr. 08:00 - 15:00 Uhr

Stadtbücherei
Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Tel. 04243 413-146

Kultur Kontor
Tel. 04243 413-106/107

Unterrichtsräume

VHS in Twistringen
Brunnenstraße 5 a
Seiteneingang

Rathaus
Lindenstraße 14

Haupt- u.Realschule
Schulküche
Hohe Straße

Hildegard-von-Bingen-Gymnasium
Vechtaer Straße 44

St. Ansgar
Klinikverbund
Klinik Twistringen

„move consulting“
Bremer Straße 13

Jugendhaus
Lindenstraße 39

Stadtbücherei
Brunnenstraße 5 a

Museum der
Strohverarbeitung
Kapellenweg 2

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Gesellschaft				
Warum die Entwicklungshilfe in Afrika gescheitert ist ***	Kurt Gerhardt	Di., 12.03.2013 - 19:30 Uhr	24110001	16
Nepal - Land der Vielfalt	Peter Wagner	Di., 12.02.2013 - 19:30 Uhr	24110003	18
Lokale Agenda		*	30100055	65
Weltfrauentag		Fr., 08.03.2013	24100701	66
Internationaler Frauengesprächskreis	Mona Saoumi	Mi., 06.02.2013 - 09:00 Uhr	24100706	67
Junge VHS: Gewaltprävention und Integration durch Sport - Boxen	Godwill Guy Rudolf Ames	Mi., 06.02.2013 - 16:30 Uhr	24100006	68, 69
Film „Die Kriegerin“ ***		Mi., 06.02.2013 - 20:00 Uhr	24101001	70
Martin-Luther-Kirche und Friedhof ***	Gästeführung	So., 28.04.2013 - 14:00 Uhr	24111001	75
Fahrrad-Garten-Tour ***	Gästeführung	So., 16.06.2013 - 11:00 Uhr	24111002	75
„Feucht, fröhlich und historisch“ - Alte Gaststätten in Twistringen ***	Gästeführung	So., 26.05.2013 - 14:00 Uhr	24111003	75
„Ausschwärmen zur Imkerei“ ***	Gästeführung	So., 02.06.2013 - 14:00 Uhr	24111004	75
„Twistringen besucht Bassum“ ***	Gästeführung	So., 14.07.2013 - 13:00 Uhr	24111006	75

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Fachwerkbauten und Balkeninschriften ***	Gästeführung	So., 18.08.2013 - 14:00 Uhr	24111007	75
Beinamen im Kirchspiel Twistringen ***	Hedwig Harms	Mo., 11.02.2013 - 17:00 Uhr	24111005	77
Gartenspaziergänge - Einblicke in neu gestaltete pflegeleichte Gärten	Katja Purnhagen	Mi., 20.03.2013 - 19:30 Uhr	24114002	88
Neuerungen bei Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung ***	Dr. Sabine Weymann	Mi., 13.03.2013 - 19:30 Uhr	24105001	90
Testament - oder Streit in Erbengemeinschaft?	Dr. Sabine Weymann	Mi., 10.04.2013 - 19:30 Uhr	24105002	91
GPS mit Fahrrad ***	Hanna Grundey	Fr., 05.04.2013 - 17:30 Uhr	24110002	112
Spiele- & Schach-Nachmittag ***		Di., 05.02.2013 - 16:00 Uhr	24100002	113
Kulturelle Bildung				
Die Tanztendenz des Geistes ***	Jens Laloire	Fr., 18.01.2013 - 19:30 Uhr	R24201006	121
Tod im Herrenzimmer ***	Falk Guder	Di., 05.02.2013 - 19:30 Uhr	24201002	121
“So ist meine Welt“ ***	Joachim „Bommel“ Fischer	Do., 28.02.2013 - 19:30 Uhr	24201003	121
„Coolman“ - Lesung für Kinder ab 10 J. ***	Rüdiger Bertram	Mi., 06.03.2013 - 16:00 Uhr	24201001	122
„Sieben Tage ohne“, „Die Dienstagsfrauen“ ***	Monika Peetz	Mo., 15.04.2013 - 19:30 Uhr	24201005	123
Frauen-Kultur-Frühstück	Dozentinnenteam	Sa., 02.03.2013 - 09:00 Uhr	24201704	124
Lesefrühstück ***	Dozententeam	Fr., 25.01.2013 - 09:00 Uhr	24201006	124
Weidenflechten: Haus- und Gartendekorationen	Günter Ballmann	Sa., 16.03.2013 - 09:00 Uhr	24212001	139
Weidenflechten: Haus- und Gartendekorationen	Günter Ballmann	Sa., 27.04.2013 - 09:00 Uhr	24212002	139
Landschafts-/Naturfotogr. Rhododendron-Park ***	Linda Peinemann	Mo., 29.04.2013 - 19:00 Uhr	24211002	142
Landschafts-/Naturfotogr.: Bad Zwischenahn ***	Linda Peinemann	Mo., 08.07.2013 - 19:00 Uhr	24211003	142
Tierfotografie für Fortgeschrittene: 100 Bilder ***	Linda Peinemann	Do., 04.04.2013 - 19:00 Uhr	24211007	142
Tierfotografie mit Besuch des Tierparks Petermoor Bassum ***	Linda Peinemann	Mo., 22.04.2013 - 19:00 Uhr	24211006	142, 143
Tierfotografie mit Besuch im Zoo Hannover	Linda Peinemann	Do., 08.08.2013 - 19:00 Uhr	24211004	143
Architektur-Fotografie ***	Linda Peinemann	Mo., 29.07.2013 - 19:00 Uhr	24211010	143
Flamenco	Jessica Bruns	Mi., 06.02.2013 - 19:15 Uhr	24209701	144
Flamenco-Workshop für Anfängerinnen ***	Jessica Bruns	Fr., 08.03.2013 - 18:15 Uhr	24209702	144
Landschafts-/Naturfotogr. „Farben des Frühlings“ ***	Linda Peinemann	Mi., 10.04.2013 - 19:00 Uhr	24211001	142
Spinnen lernen mit dem Spinnrad ***	Angela Krebs	Fr., 15.02.2013 - 18:30 Uhr	24213001	145
Filzen: Blütenmeer ***	Angela Krebs	Sa., 09.03.2013 - 09:30 Uhr	24214002	147
Filzen: Energiebilder/ Tischläufer/Wandobjekte ***	Angela Krebs	Sa., 27.04.2013 - 09:00 Uhr	24214003	147
Gesundheitsbildung				
Psychische Erkrankungen und ihre Therapie	Dr. Hardy Gutknecht	Do., 21.02.2013 - 19:00 Uhr	00304004	154
Angehörige psychisch Kranker	Dr. Hardy Gutknecht	Do., 17.06.2013 - 19:00 Uhr	00304002	154
Depression	Susanne Knak	Mi., 24.04.2013 - 18:30 Uhr	00304003	154
Qualifizierung zur Betreuung demenzkranker Menschen	Dozententeam	Mi., 20.02.2013 - 17:00 Uhr	00305003	155
Homöopathie und chronische Erkrankungen	Dagmar Scholz	Mi., 27.02.2013 - 19:30 Uhr	24304001	159
Homöopathie und chronische Erkrankungen	Dagmar Scholz	Mi., 17.04.2013 - 19:30 Uhr	24304002	159
Hände helfen heilen ***	Horst Schneegaß	Sa., 16.03.2013 - 10:00 Uhr	24301000	162
Hatha Yoga	Barbara Strobel	Mo., 11.02.2013 - 18:00 Uhr	24301001	169
JUNGE VHS: Selbstverteidigung für Mädchen	Rosi Köske	Mo., 11.02.2013 - 17:00 Uhr	24302701	182
Essbare Kräuter vor unserer Haustür	Kerstin Gissel	Mi., 15.05.2013 - 18:00 Uhr	24307000	**
Kräuterküche - Wildkräuter	Kerstin Gissel	Mi., 22.05.2013 - 18:00 Uhr	24307001	186
Kräuterküche - Kulturkräuter	Kerstin Gissel	Mi., 29.05.2013 - 18:00 Uhr	24307002	186
Männer kochen für Frauen	Regina Windhorst	Mo., 25.02.2013 - 18:00 Uhr	24307003	189
Partysnacks	Regina Windhorst	Di., 12.03.2013 - 18:00 Uhr	24307004	190, 191
Sprachen				
Plattdeutscher Nachmittag „Schlachtfest“	Marlies Mertens	Fr., 08.02.2013 - 15:00 Uhr	24426001	200
Plattdeutscher Nachmittag „De Osterhoos“	Marlies Mertens	Fr., 08.03.2013 - 15:00 Uhr	24426002	200
Wenn mien Enkelkind tou Besöek kummt, dann gift dat Läben in ,t Huus	Marlies Mertens	Fr., 12.04.2013 - 15:00 Uhr	24426003	200
Plattdeutscher Nachmittag Erinnern fangt mit „domoals“ an	Marlies Mertens	Fr., 10.05.2013 - 15:00 Uhr	24426004	200
Plattdeutscher Nachmittag „De Postkorten“	Marlies Mertens	Fr., 14.06.2013 - 15:00 Uhr	24426009	200
Mama lernt Deutsch	Martina Heuermann	Fr., 22.02.2013 - 08:30 Uhr	00404700	206
Mama lernt Deutsch - Alphabetisierung	Regina Brinkmann-Mock	Fr., 01.02.2013 - 08:30 Uhr	00404704	206
English for fun - A1	Linda Peinemann	Mo., 11.02.2013 - 17:45 Uhr	24406006	209
English Conversation A2/B1 ***	Linda Peinemann	Mi., 13.02.2013 - 17:45 Uhr	24406007	212
English for Tourists - A1	Linda Peinemann	Mo., 11.02.2013 - 19:30 Uhr	24406003	214
English for Tourists - A2	Linda Peinemann	Do., 14.02.2013 - 19:00 Uhr	24406005	214
Spanisch 1 - A1	Manfred Pfahl	Fr., 08.02.2013 - 18:30 Uhr	24422001	224

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Arbeit und Beruf				
Erste Schritte am PC ***	Horst Hoffmann	Mo., 04.02.2013 - 18:30 Uhr	24502002	230
JUNGE VHS: Computerkurs für Kids	Oliver Richter	Mo., 08.04.2013 - 15:30 Uhr	24502009	232
Windows-Auffrischung ***	EDV Dozententeam	Sa., 02.03.2013 - 09:00 Uhr	24501001	234
Tabellenkalkulation EXCEL 2010 - Einstieg	Horst Hoffmann	Di., 05.02.2013 - 18:30 Uhr	24502006	239
Tabellenkalkulation EXCEL 2010 - Aufbaukurs	Horst Hoffmann	Mi., 03.04.2013 - 18:30 Uhr	24502007	240
Foto-/Bildbearbeitung ***	Heiner Wolter	Mo., 08.04.2013 - 18:30 Uhr	24501008	248
Fotografie für Einsteiger/-innen, Teil 1	Linda Peinemann	Sa., 16.02.2013 - 10:00 Uhr	24511011	249
Fotografie für Einsteiger/-innen, Teil 2	Linda Peinemann	Sa., 09.03.2013 - 10:00 Uhr	24511012	249
Aufbaukurs für Teilnehmer/-innen der Fotokurse 2012 - Workflow	Linda Peinemann	Mo., 08.04.2013 - 19:00 Uhr	24501002	249
Fotografie für Seniorinnen und Senioren	Linda Peinemann	Mi., 03.07.2013 - 16:00 Uhr	24511013	250
Das Smartphone-Betriebssystem Android	Dozententeam	Sa., 06.04.2013 - 10:00 Uhr	24501010	254

*) Für diese Veranstaltungen stehen die Beginndaten noch nicht fest. Bitte lassen Sie sich vormerken.

**) Geschlossene Folgekurse - weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.vhs-diepholz.de.

***) Veranstaltungen „Neu vor Ort“.

WEYHE

Arbeitsstellenleitung

Meike Lahusen
Fachbereiche Kulturelle Bildung, Sprachen, Arbeit und Beruf

Am Walde 18, 28844 Weyhe
Tel. 0421 8099728
Mobil 0171 1446942
Fax 0421 805220
lahusen@t-online.de

Birgit Struthoff
Fachbereiche Gesellschaft und Gesundheit

Leester Straße 51, 28844 Weyhe
Tel. 0421 892207
birgitstruthoff@gmx.de

Bei Abwesenheit der jeweiligen örtlichen Leitung vertreten sich Frau Struthoff und Frau Lahusen gegenseitig.

Gemeinde-Infos

Rathausplatz 1, 28844 Weyhe
Tel. 04203 71-0
Fax 04203 71-142
Kultur: Tel. 04203 71-228
Internet: www.weyhe.de
E-Mail: rathaus@weyhe.de

Das Sozialamt ist am Mi geschlossen.

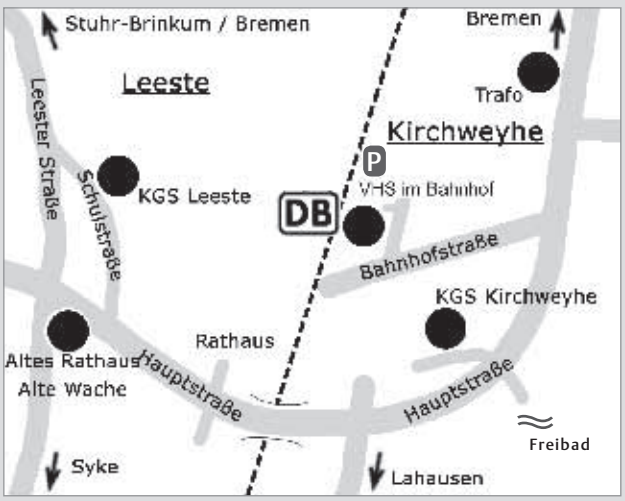
Sprechzeiten Rathaus
Mo., Di. und Mi. 08:30 - 12:00 Uhr
sowie 14:00 - 15:30 Uhr
Do. 08:30 - 12:00 Uhr
sowie 14:00 - 17:30 Uhr
Fr. 08:00 - 12:00 Uhr

Sprechzeiten Bürgerinfo
Mo., Di. und Mi. 07:30 - 17:00 Uhr
Do. 07:30 - 18:30 Uhr
Fr. 07:30 - 12:00 Uhr

Die VHS in Weyhe kooperiert mit:
- Seniorenzentrum „Alte Wache“
- Delme Werkstätten für Behinderte in Leeste
- Behindertenwohnheim in Lahausen, Schlehenkamp

Unterrichtsräume

- Bildungsstätte „Trafo“ Kirchweyhe, Kirchweyher Straße 51, auf der linken Straßenseite nach der Classic-Tankstelle in Richtung Bremen (gegenüber dem Friedhof)
- Altes Rathaus, Leeste, Henry-Wetjen-Platz 4 bei der Kirche Leeste, weißes Gebäude, VHS-Räume in der 1. Etage, Eingang: Gebäuderückseite vom DRK- und Notärztlichen Dienst
- Alte Wache (Seniorenzentrum), Leeste, Henry-Wetjen-Platz 1, Saal
- KGS Weyhe-Leeste, Schulstraße 40 - Fast alle Kurse finden im Altbau der **ehemaligen Orientierungsstufe** statt. Dieses Gebäude befindet sich hinter dem Hauptgebäude neben der Sporthalle (Eingang Mensa). Für Kochen, Nähen, einige Gesundheitskurse und Vorträge wird das Hauptgebäude (**kleines Forum**) und hier der Seiteneingang auf der rechten Seite des Gebäudekomplexes benutzt (beim großen Parkplatz).
- KGS Weyhe-Kirchweyhe, Hauptstraße 99, 28844 Weyhe-Kirchweyhe
- Förderschule Weyhe-Melchiorshausen, Gartenstr. 6, 28844 Weyhe-Melch.
- Delme Werkstätten, Am Weideufer 30, markante Flachbauanlage
- Gymnastikraum des TSV Weyhe-Lahausen im Vereinsheim, 1. Gebäude am Eingang der Zentralsportanlage
- Gesundbrunnen Leeste, Pestalozzistr. 1
- VHS im Bahnhof Kirchweyhe. Eingang Parkplatzseite Nord (am Fahrstuhl).



Anmeldung
Tel. 04242 976-4444
Fax 04242 976-4942
E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de
www.vhs-diepholz.de

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Gesellschaft				
Ostküste USA - Kolonialgeschichte ***	Gerhard Riecke	Do., 07.03.2013 - 19:00 Uhr	12110022	17
Mit der Eisenbahn durch Anatolien ***	Rita Schumann	So., 10.02.2013 - 19:00 Uhr	12110026	17
Namibia ***	Reinhard Röhrbein	Do., 21.02.2013 - 19:00 Uhr	12110027	18
Lokale Agenda		*	30100011	65
Zukunftwerkstatt- Weyhe	Birgit Struthoff	*	12101009	66
Interkultureller Frauengesprächskreis	Dozententeam	Di., 05.02.2013 - 14:00 Uhr	12100701	67
„Mein Migrationsweg in Deutschland“	Maria Jose Sanchez de Brand	Mi., 06.03.2013 - 16:00 Uhr	12101702	68
Geschichtswerkstatt Weyhe 1	Hermann Greve	Fr., 01.02.2013 - 16:00 Uhr	12101001	70
Geschichtswerkstatt Weyhe 2	Hermann Greve	Fr., 08.02.2013 - 10:00 Uhr	12101006	70
Die alte Schmiede in Kirchweyhe ***	Erika Christmann	Fr., 15.03.2013 - 15:00 Uhr	12111001	73
Die Weyhe-Tour mit dem Fahrrad ***	Erika Christmann	Sa., 13.04.2013 - 14:00 Uhr	12111002	73
140 Jahre Weyher Bahnhofsgeschichte ***	Erika Christmann	Sa, 25.05.2013 - 15:00 Uhr	12111003	73
Gartenträume in Weyhe ***	Erika Christmann	Sa., 08.06.2013 - 12:00 Uhr	12111004	73
Pack die Badehose ein! Badekultur ***	Erika Christmann	Sa., 22.06.2013 - 15:00 Uhr	12111005	73
Der Kirchweyher Friedhof ***	Erika Christmann	Sa., 06.07.2013 - 15:00 Uhr	12111006	73
Rechts und links der Bahn - Lahausen ***	Erika Christmann	Fr., 19.07.2013 - 15:00 Uhr	12111007	73
Adel, Bauern, Handwerker - Alt Sudweyhe ***	Erika Christmann	Fr., 16.08.2013 - 15:00 Uhr	12111008	73
Weyher Gewässer im Wandel der Zeiten ***	Wilfried Meyer	So., 24.02.2013 - 19:30 Uhr	12111019	74
Der Dümmer - Natur und Kultur ***	Sabine Hacke	Mi., 10.04.2013 - 19:00 Uhr	12101101	77
Massada, Tamar und Qumram - das antike Israel ***	Gerhard Elbert	Fr., 15.02.2013 - 19:00 Uhr	12110002	80
Die Donau-Metropolen	Gerhard Riecke	Do., 04.04.2013 - 19:00 Uhr	12110007	81
Vogelexkursion am Rieder See	Hubert Sturm	So., 26.05.2013 - 10:00 Uhr	12104017	86
Naturerfahrungsgelände am Böttchers Moor	Ulf Panten	Do., 30.05.2013 - 18:30 Uhr	12104019	86
Heimische Fledermäuse	Ulf Panten	Do., 29.08.2013 - 19:00 Uhr	12114010	86
Gehölzschnitt im Nutz- und Ziergarten	Lothar Kattner	Sa., 09.02.2013 - 10:00 Uhr	12114008	88
Rosen - von der Pflanzung bis zur Pflege	Uwe Heinrich	Sa., 23.02.2013 - 10:00 Uhr	12114005	88
Einkommensteuererklärung - einfach ... ***	Markus Stier	Sa., 18.05.2013 - 10:00 Uhr	12105004	90
Einkommensteuererklärung praktisch ***	Markus Stier	Fr., 26.04.2013 - 18:00 Uhr	12105006	90
Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung	Dr. Sabine Weymann	Do., 20.06.2013 - 19:00 Uhr	12105007	90
Mein Kind will studieren. Wer bezahlt?	Ivonne Beneke	Mi., 27.02.2013 - 19:00 Uhr	12115003	91
Elterndialog - Erziehung ist nicht kinderleicht	Ute Niemann	Sa., 09.02.2013 - 9:00 Uhr	12106004	92
Elterndialog - Erziehung ist nicht kinderleicht	Ute Niemann	Di., 12.02.2013 - 19:00 Uhr	12106005	92
Einführung Elternarbeit für Migranten ***		So., 10.02.2013 - 11:00 Uhr	12100702	92, 93
Einführung Elternarbeit für Migranten ***		Sa., 09.02.2013 - 11:00 Uhr	12100703	92, 93
Einführung Elternarbeit für Migranten ***		Fr., 08.02.2013 - 15:00 Uhr	12100704	92, 93
Gesprächskreis „Guttun macht Schule“ ***	Dozententeam	Mo., 11.03.2013 - 10:00 Uhr	12100002	93
Arbeitskreis Kindertagespflege in Weyhe	Weidenhöfer Goldack	Di., 03.06.2003 - 19:30 Uhr	12106003	101
Trennung - was nun?	Ivonne Beneke	Mi., 29.05.2013 - 19:00 Uhr	12116002	103
Rhetorik für Frauen ***	Dozententeam	Sa., 16.02.2013 - 10:00 Uhr	12106714	103
Rituale der Trauerarbeit und Sterbegleitung ***	Jean-Paul Beffort	Mi., 05.06.2013 - 19:00 Uhr	12107004	104
Sterbebegleitung und Trauerarbeit in Pflegeberufen ***	Jean-Paul Beffort	Sa., 06.07.2013 - 10:00 Uhr	12107001	105
Vom Fühlen und intelligenten Gefühlen	Jean-Paul Beffort	*	12107003	105
Ich bin- ich kann- ich will	Sonja Pade	Sa., 13.04.2013 - 9:00 Uhr	12107002	106
Ich finde mich schön! ***	Helke Hoff	Sa., 02.03.2013 - 10:00 Uhr	12107708	107
Anti-Stress-Strategien ***	Sonja Pade	Sa., 23.02.2013 - 9:00 Uhr	12107006	108
Rund und schön ***	Helke Hoff	Sa., 20.04.2013 - 10:00 Uhr	12107709	108
Selbsterfahrung Pilgern	Rosemarie Ipse	Mi., 13.02.2013 - 19:00 Uhr	12108004	109
Weltreligionen - Einführung Buddhismus ***	Mario Mann	Mi., 10.04.2013 - 19:00 Uhr	12109003	110

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Weltreligionen - Einführung Islam ***	Mario Mann	Mi., 20.02.2013 - 19:00 Uhr	12109004	110
Weltreligionen- Einführung Judentum ***	Mario Mann	Mi., 06.03.2013 - 19:00 Uhr	12109005	110
Besuch der Bremer Synagoge ***	Mario Mann	*	12109006	110
Sportbootführerschein See	Michael Schomaker	Di., 12.02.2013 - 19:00 Uhr	12100006	110
Prüfungsvorbereitung (Theorie) zum Sportseeküstenschifferschein (SKS)	Michael Schomaker	Mi., 03.04.2013 - 19:00 Uhr	12100011	110
Sportbootführerschein See ***	Andreas Bierstedt	Sa., 13.04.2013 - 10:00 Uhr	12100016	110
Prüfungsvorbereitung Seenotsignalmittel (FKN)	Michael Schomaker	Do., 06.06.2013 - 18:00 Uhr	12100008	111
Prüfungsvorbereitung Funkbetriebszeugnis (SRC)	Michael Schomaker	Mo., 11.02.2013 - 18:30 Uhr	12100009	111
Prüfungsvorbereitung Funkbetriebszeugnis (SRC)	Michael Schomaker	Mo., 29.04.2013 - 18:30 Uhr	12100010	111
Sportbootführerschein Binnen ***	Andreas Bierstedt	Do., 07.02.2013 - 19:00 Uhr	12100017	111
SBF Binnen Segel ***	Andreas Bierstedt	Di., 12.03.2013 - 19:00 Uhr	12100018	111
Doppelkopf ***	Jutta Behrens	Di., 19.02.2013 - 19:00 Uhr	12100001	113
Ganzheitliche Tiernaturheilkunde	Angela-Monique Müller	Do., 06.06.2013 - 19:00 Uhr	12114022	114
BARF- Biologisch artgerechte Rohfütterung ***	Angela-Monique Müller	Do., 25.04.2013 - 19:00 Uhr	12114023	114
Kulturelle Bildung				
Hinter die Kulissen des Weyher Theaters geschaut	Erika Christmann	Sa., 08.03.2003 - 11:00 Uhr	12201002	125
Neugierig auf Kunst in Weyhe?	Erika Christmann	Fr., 17.05.2003 - 15:00 Uhr	12201001	128
Experimentelle Acryl-Malerei	Marianne Sfalanga	Di., 05.02.2013 - 19:30 Uhr	12205002	133
Malen und Gestalten mit Farben	Marianne Sfalanga	Mo., 11.02.2013 - 19:00 Uhr	12205003	136
Malen und Gestalten mit Farben	Monika Mohrmann-Wulf	*	00205040	136
Fotos mit Mut zur ungewöhnlichen Sichtweise	Harald Schwörer	Fr., 01.03.2013 - 18:00 Uhr	12211001	143
Lieblingsfotos zeigen	Harald Schwörer	Sa., 20.04.2013 - 11:00 Uhr	12211003	143
Scrapbooking - Tolle Geschenkideen mit Fotos	Ines Jödecke	Sa., 02.03.2013 - 11:00 Uhr	12205023	144
Scrapbooking - geben Sie Ihren Fotos den passenden Rahmen	Ines Jödecke	Sa., 01.06.2013 - 11:00 Uhr	12205022	144
Ein Nähkurs - maßgeschneidert für Sie!	Ellen Haß	Di., 19.02.2013 - 19:30 Uhr	12214001	148, 149
Ein Nähkurs - maßgeschneidert für Sie!	Ellen Haß	Mi., 20.02.2013 - 19:30 Uhr	12214002	148, 149
Ein Nähkurs - maßgeschneidert für Sie!	Ellen Haß	Di., 28.05.2013 - 19:30 Uhr	12214004	148, 149
Ein Nähkurs - maßgeschneidert für Sie!	Ellen Haß	Mi., 29.05.2013 - 19:30 Uhr	12214005	148, 149
Ein Nähkurs auf jede/n zugeschneidert!	Waltraud Beneke	Mi., 06.02.2013 - 19:30 Uhr	12214003	149
Gesundheitsbildung				
Nicht von schlechten Eltern ***	Dr. Hardy Gutknecht	Do., 17.01.2013 - 19:00 Uhr	12304003	154
Depression verstehen ***	Dr. Hardy Gutknecht	*	12304005	154
Gesprächskreis für Angehörige von Demenzkranken ***	Barbara Hebrock	Mi., 13.02.2013 - 15:00 Uhr	12306002	155
Die private Pflegeversicherung ***	Bernd Dörrie	Do., 11.04.2013 - 19:00 Uhr	12306003	155
Gedächtnistraining für Senioren	Maike von Ahsen	Mo., 08.04.2013 - 16:30 Uhr	12302027	156
Gehirntraining mit Feldenkrais ***	Andrea Bäkefeld	Mi., 13.03.2013 - 20:00 Uhr	12300011	156
Frühjahrskur - Tipps zum Entschlacken	Martina Bruns	Do., 07.03.2013 - 19:00 Uhr	12304023	159
Den Körper entgiften, die Gesundheit stärken ***	Ingrid Behr	Do., 14.02.2013 - 19:00 Uhr	12304038	159
Allergien und Heuschnupfen - Naturheilkundliche Behandlungsmethoden ***	Ingrid Behr	Do., 28.02.2013 - 19:00 Uhr	12304000	159, 160
Wechseljahre - Neue Herausfordungen annehmen	Martina Bruns	Do., 04.04.2013 - 19:00 Uhr	12304022	160
Rheuma und Bewegung	Andrea Bäkefeld	Mi., 06.03.2013 - 20:00 Uhr	12304012	161
Bachblüten - Hilfe für die Seele ***	Ingrid Behr	Sa., 08.06.2013 - 9:00 Uhr	12304039	161
Reiki - Lebensenergie für jedes Alter	Martina Bruns	Do., 30.05.2013 - 19:00 Uhr	12304018	162
Autogenes Training ***	Uwe Kreth	Do., 14.02.2013 - 09:30 Uhr	12301051	162
Autogenes Training	Uwe Kreth	Do., 25.04.2013 - 19:00 Uhr	12301027	162

www.schuettert.de
LESEN - SCHREIBEN LERNEN - SCHENKEN
GmbH
Schüttert
BUCHHANDLUNG · BÜROBEDARF
SYKE · WEYHE · DIEPHOLZ
Am Marktplatz 13 • 28844 Weyhe
☎ 04203 810461 • Fax 04203 810462
Besuchen Sie uns im Internet:
www.schuettert.de

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Mit Qi Gong Achtsamkeit üben ***	Silvia Lauer-Schulz	Sa., 01.06.2013 - 10:00 Uhr	12301012	164
Das Gesundheit schützende Qi Gong ***	Silvia Lauer-Schulz	Do., 04.04.2013 - 9:00 Uhr	12301013	164
Hatha-Yoga	Christa Dornieden-Schmidt	Do., 21.02.2013 - 18:45 Uhr	12301002	166
Hatha-Yoga	Christa Dornieden-Schmidt	Mo., 18.02.2013 - 20:00 Uhr	12301005	166
Hatha-Yoga	Jutta Fandrich	Do., 14.03.2013 - 16:00 Uhr	12301019	166
Yoga 55 Plus	Sylvia Huuk	Do., 07.02.2013 - 10:00 Uhr	12301006	167
Yoga	Sylvia Huuk	Mo., 04.02.2013 - 20:00 Uhr	12301007	167
Yoga - 2	Meike Lemkemeyer	Di., 05.02.2013 - 19:30 Uhr	12301022	168
Yoga - 2	Meike Lemkemeyer	Di., 09.04.2013 - 19:30 Uhr	12301023	168
Yoga 1 - Eine Einführung	Meike Lemkemeyer	Do., 11.04.2013 - 18:00 Uhr	12301054	168
Yoga - sanft und ruhig ***	Meike Lemkemeyer	Fr., 15.02.2013 - 16:15 Uhr	12301057	168
Yoga - sanft und ruhig ***	Meike Lemkemeyer	Fr., 12.04.2013 - 16:15 Uhr	12301058	168
Yoga für Ältere ***	Meike Lemkemeyer	Fr., 22.02.2013 - 15:45 Uhr	12301048	168
Yoga für Einsteiger ***	Meike Lemkemeyer	Do., 14.02.2013 - 18:00 Uhr	12301049	168
Yoga	Gudrun Wriske	Di., 05.02.2013 - 18:00 Uhr	12301008	170
Yoga	Gudrun Wriske	Di., 09.04.2013 - 18:00 Uhr	12301009	170
Hatha-Yoga - eine Einführung	Sabine Wahl	Mo., 04.02.2013 - 10:00 Uhr	12301018	170
Hatha-Yoga im Kloster	Sabine Brauckmann	Sa., 02.03.2013 - 09:00 Uhr	12301020	170
Lachyoga - ein Schnupperkurs	Holger Tessmer	Di., 26.02.2013 - 19:30 Uhr	12301016	171
Lachyoga	Holger Tessmer	Di., 09.04.2013 - 19:30 Uhr	12301021	171
Yoga - Für Fortgeschrittene	Peggy Oestereich	Mi., 06.02.2013 - 19:30 Uhr	12301031	**
Yoga - Für Fortgeschrittene	Peggy Oestereich	Mi., 17.04.2013 - 19:30 Uhr	12301039	**
Progressive Muskelentspannung	Uwe Kreth	Do., 14.02.2013 - 19:00 Uhr	12301028	172
Progressive Muskelentspannung ***	Irene Brecklinghaus	Sa., 13.04.2013 - 10:00 Uhr	12301029	172
Progressive Muskelentspannung	Uwe Kreth	Do., 25.04.2013 - 10:45 Uhr	12301050	172
Entspannungstechniken ***	Uwe Kreth	Sa., 02.02.2013 - 10:00 Uhr	12301052	173
Bewegung und Entspannung	Elke Nickel	*	12301010	173
Hawaiianisches Fliegen ***	Andrea Bäkefeld	Mi., 03.04.2013 - 18:30 Uhr	12301045	174
Wohlbefinden durch Klangschalen und Gongs ***	Martina Böttcher	Sa., 16.02.2013 - 14:00 Uhr	12301047	174
Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung	Andrea Bäkefeld	Di., 26.02.2013 - 18:00 Uhr	12302006	**
Feldenkrais-Workshop ***	Andrea Bäkefeld	Sa., 06.04.2013 - 10:00 Uhr	12302009	174
Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung	Andrea Bäkefeld	Di., 30.04.2013 - 18:00 Uhr	12302007	174
Pilates: Ganzkörpertraining	Swetlana Nikolai	Mi., 06.02.2013 - 19:30 Uhr	12302016	175
Pilates: Ganzkörpertraining	Swetlana Nikolai	Mi., 06.02.2013 - 18:30 Uhr	12302017	175
Pilates: Ganzkörpertraining	Swetlana Nikolai	Di., 05.02.2013 - 10:00 Uhr	12302018	175
Pilates: Ganzkörpertraining	Swetlana Nikolai	Mi., 09.04.2003 - 10:00 Uhr	12302019	175
Ich beweg mich-Rückenfit ***	Rosemarie Ipse	Mi., 13.02.2013 - 16:30 Uhr	12302024	177
Ich beweg mich-Rückenfit ***	Rosemarie Ipse	Mi., 10.04.2013 - 16:30 Uhr	12302025	177
Wirbelsäulengymnastik	Rosemarie Ipse	Mo., 11.02.2013 - 19:30 Uhr	12302004	178
Gesund und Fit	Sabine Wahl	Di., 05.02.2013 - 19:15 Uhr	12302020	180
Einführung in die Methode Heigl ***	Elke Thieme	Fr., 19.04.2013 - 19:00 Uhr	12302023	180
Stretching ***	Andrea Bäkefeld	Mi., 20.02.2013 - 19:15 Uhr	12301046	180
Beweglich bleiben - Stuhlgymnastik ***	Maike von Ahsen	Mo., 18.02.2013 - 16:30 Uhr	12302026	180
Nordic Walking	Jutta Behrens	Di., 09.04.2013 - 16:30 Uhr	12302013	181
Danse Vita	Gertrud Vogt	Mo., 18.02.2013 - 10:00 Uhr	12302012	182
Afrikanischer Tanz für Frauen	Petra Siekermann	Mo., 11.02.2013 - 19:30 Uhr	12302702	183
Afrikanischer Tanz für Frauen	Petra Siekermann	Mo., 11.02.2013 - 18:00 Uhr	12302704	183
Afrikanischer Tanz für Frauen	Petra Siekermann	Mo., 08.04.2013 - 18:00 Uhr	12302798	183
Afrikanischer Tanz für Frauen	Petra Siekermann	Mo., 08.04.2013 - 19:30 Uhr	12302799	183
Fit durch Line Dance	Irene Liborius	Mi., 13.02.2013 - 19:00 Uhr	12302021	183
Fit durch Line Dance	Irene Liborius	Mi., 15.05.2013 - 19:00 Uhr	12302022	183
Orientalischer Tanz	Ulrike Röpe-Mordhorst	Mi., 06.02.2013 - 19:00 Uhr	12302701	184
Wassergymnastik	Elly Heinsohn	Di., 05.02.2013 - 15:30 Uhr	12302001	**
Wassergymnastik	Elly Heinsohn	Di., 05.02.2013 - 16:15 Uhr	12302002	**
Wassergymnastik	Elly Heinsohn	Di., 05.02.2013 - 17:00 Uhr	12302003	**
Wassergymnastik	Marita Nordmeier	Di., 05.02.2013 - 18:45 Uhr	12302005	**
Wassergymnastik	Marita Nordmeier	Di., 05.02.2013 - 18:00 Uhr	12302008	**
Fit im Alter „Gesund essen - besser leben“ - für Migranten und Migrantinnen ***	Dorothee Seelhorst	*	12307601	185
Unstillbarer Hunger - Abnehmcoaching ***	Helke Hoff	Di., 12.02.2013 - 17:00 Uhr	12304040	185
Salate und Aufläufe aus der Vollwertküche ***	Monika Schreyer	Sa., 20.04.2013 - 10:00 Uhr	12307602	187
Pizza, Quiche & Co aus der Vollwertküche ***	Monika Schreyer	Sa., 23.02.2013 - 10:00 Uhr	12307603	187
Fleischlos gesund - Vegetarische Ernährung ***	Meike Lemkemeyer	Fr., 08.02.2013 - 18:00 Uhr	12304037	188
Vegetarische Vollwertküche	Monika Schreyer	Sa., 08.06.2013 - 10:00 Uhr	12307033	188
Kochen für Männer	Manfred Dierks	Di., 05.02.2013 - 18:00 Uhr	12307008	189

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Väter kochen mit ihren Söhnen	Manfred Dierks	Sa., 13.04.2013 - 10:00 Uhr	03307011	189
Kochen leicht gemacht	Annemarie Stührmann	*	12307099	190
Kochen für Paare	Manfred Dierks	Mi., 06.02.2013 - 18:30 Uhr	12307027	190
Kochen für Genießer ***	Manfred Dierks	Di., 19.02.2013 - 18:00 Uhr	12397100	190
Tapas ole (1)	Maria Lourdes Herbst	Sa., 09.03.2013 - 11:00 Uhr	03307012	193
Tapas, Sangria y fiesta (2)	Maria Lourdes Herbst	Sa., 20.04.2013 - 11:00 Uhr	03307013	193
Tapas wie im spanischen Urlaub (3)	Maria Lourdes Herbst	Sa., 18.05.2013 - 11:00 Uhr	03307014	193
Griechische Küche - mehr als nur Gyros	Alkiviadis Spyrou	Sa., 09.03.2013 - 14:00 Uhr	12307015	193
Tapas ist spanische Lebensfreude (4)	Maria Lourdes Herbst	Sa., 15.06.2013 - 11:00 Uhr	03307015	193
Türkische Küche	Kader Güllü	Fr., 12.04.2013 - 18:30 Uhr	12307035	193
Heute koche ich chinesisch	Qiu Ping Jia-Sänger	Do., 07.02.2013 - 18:30 Uhr	12307034	194
Heute essen wir Peking-Ente	Qiu Ping Jia-Sänger	Do., 28.02.2013 - 18:30 Uhr	12307036	194
Kochclub für Genießer und Genießerinnen	Hans Deeke	Di., 26.02.2013 - 18:15 Uhr	12307002	**
Kochclub „Messerscharf“	Hans Deeke	Di., 12.02.2013 - 18:00 Uhr	12307004	**
Sprachen				
Deutsch als Fremd-, Zweitsprache				203
„Rundum fit in Englisch“ - A2	Petra Brunckhorst	Mo., 17.06.2013 - 08:00 Uhr	00406001	207
Englisch mit Muße - A2	Antje Stilke	Mi., 06.02.2013 - 13:15 Uhr	12406601	208
Englisch mit Muße - A2	Gavin Stuart Bryson	Mi., 06.02.2013 - 10:45 Uhr	12406603	208
Englisch mit Muße - A2	Gavin Stuart Bryson	Mi., 06.02.2013 - 12:30 Uhr	12406604	208
Englisch - A1	Antje Stilke	Mo., 04.02.2013 - 20:00 Uhr	12406008	209
Englisch - A1	Wendy Fried-Thiel	Mo., 04.02.2013 - 09:00 Uhr	12406012	209
Englisch - A1	Wendy Fried-Thiel	Mo., 04.02.2013 - 10:45 Uhr	12406013	209
Englisch - A2	Antje Stilke	Do., 07.02.2013 - 18:15 Uhr	12406004	210
Englisch - B1	Jacqueline Schneider	Mo., 11.02.2013 - 19:00 Uhr	12406001	211
Englisch - B1	Antje Stilke	Do., 07.02.2013 - 20:00 Uhr	12406003	211
Englisch - B1	Antje Stilke	Mi., 06.02.2013 - 08:45 Uhr	12406005	211
English Club 2 - B1	Gavin Stuart Bryson	Mi., 06.02.2013 - 09:00 Uhr	12406002	212
The Joy of English	Jacqueline Schneider	Mi., 13.02.2013 - 19:15 Uhr	12406010	213
Französisch - Gespräche - B1	Elaine Langhof	Di., 05.02.2013 - 09:30 Uhr	12408001	217

Ihre
Anzeige
könnte hier Aufmerksamkeit finden...
Wir bieten attraktive Konditionen. Gern senden wir Ihnen unsere Mediadaten.
VHS des Landkreises Diepholz
Nienburger Str. 5, 28857 Syke
Tel. 04242 976-4075 • vhs@vhs-diepholz.de • www.vhs-diepholz.de
vhs

Titel	Dozent/Dozentin	Beginn - Uhrzeit	Kurs-Nr.	Seite
Parlons français - B2	Helga Bölts	Di., 05.02.2013 - 19:30 Uhr	12408009	**
Italienisch Konversation 2 - B1	Magdalena Kulfan	Di., 12.02.2013 - 18:15 Uhr	12409002	219
Italienisch 2 - A1 ***	Magdalena Kulfan	Di., 12.02.2013 - 20:00 Uhr	12409003	219
Italienisch 10 - A2	Magdalena Kulfan	Mi., 13.02.2013 - 20:00 Uhr	12409005	219
Lettisch für die Reise - A1	Anita Balode-Butt	Di., 05.03.2013 - 18:30 Uhr	12426002	220
Niederländisch - A1	Adrie Bakker	Do., 07.02.2013 - 18:00 Uhr	12414001	220
Niederländisch 8 - A2	Adrie Bakker	Do., 07.02.2013 - 20:00 Uhr	12414002	220
Portugiesisch für die Reise 1 - B1	Margareth Hohmann	Mi., 20.02.2013 - 19:00 Uhr	12418002	221
Brasilianisches Portugiesisch 1 - A1	Margareth Hohmann	Mo., 18.02.2013 - 19:30 Uhr	12418001	221
Brasilianisches Portugiesisch 4 - A2	Margareth Hohmann	Mo., 18.02.2013 - 18:00 Uhr	12418004	221
Spanisch für den Urlaub 2 - A1	Nubia Salame	Sa., 02.02.2013 - 09:00 Uhr	12422001	223
Spanisch für den Urlaub - A1 ***	Nubia Salame	Sa., 04.05.2013 - 09:00 Uhr	12422002	223
Tapas hablar y cocinar	Maria Lourdes Herbst	Sa., 16.02.2013 - 11:00 Uhr	03422009	226
Türkisch Konversation - B1	Sevilay Limonteber	Mo., 04.02.2013 - 17:30 Uhr	12424003	226
Arbeit und Beruf				
Xpert Starter	EDV Dozententeam	*	00501008	229
Computer-Einführung	Ulrike Lampa-Aufderheide	Mi., 06.02.2013 - 08:30 Uhr	12501600	231
Computer-Einführung - Fortsetzungskurs	Ulrike Lampa-Aufderheide	Mi., 03.04.2013 - 08:30 Uhr	12501601	231
Einfache DV-Anwendungen am PC	Wolf-Dieter Nardmann	Fr., 21.02.2003 - 08:30 Uhr	12501006	232
Einfache DV-Anwendungen am PC	Wolf-Dieter Nardmann	Fr., 21.02.2003 - 10:30 Uhr	12501007	232
Ordnung auf dem PC - Virenschutz	Walter Gröh	Di., 15.01.2013 - 17:30 Uhr	12501014	235
Fit am PC für Frauen	Nicole Preuß	Mo., 17.02.2013 - 09:00 Uhr	12501702	236
Umstieg auf Windows 7 und Office 2010	Ulrike Kunst	Mo., 24.06.2013 - 08:30 Uhr	00502036	236
WORD und EXCEL im Büroalltag	Ulrike Kunst	Mo., 13.05.2013 - 08:30 Uhr	00502031	238
WORD 2010 - Spezial ***	Ulrike Kunst	Mi., 22.05.2013 - 08:30 Uhr	00502034	238
EXCEL 2010 - Spezial ***	Ulrike Kunst	Mo., 27.05.2013 - 08:30 Uhr	00502032	241
Outlook und Powerpoint 2010	Ulrike Kunst	Mo., 03.06.2013 - 08:30 Uhr	00502033	243
Erste Schritte im Internet - so geht´s	Ulrike Lampa-Aufderheide	Mi., 08.05.2013 - 08:30 Uhr	12501602	245
Internet-Einführung - Fortsetzungskurs	Ulrike Lampa-Aufderheide	Mi., 05.06.2013 - 09:00 Uhr	12501603	245
Homepage für alle	Ricardo Sant` Anna	Di., 07.05.2013 - 18:30 Uhr	00501009	247
Die Raffinessen mit der Digitalkamera	Harald Schwörer	Di., 09.04.2013 - 18:00 Uhr	12501008	248
SAP R/3 - Einsatzmöglichkeiten	Willi Wagner	Mo., 04.03.2013 - 09:00 Uhr	00505030	252, 253
SAP R/3 Allgemeine Grundlagen	Willi Wagner	Mo., 04.03.2013 - 09:00 Uhr	00505006	253
SAP R/3 Grundlagen Finanzbuchhaltung (FI)	Willi Wagner	Di., 05.03.2013 - 09:00 Uhr	00505007	253
SAP R/3 Grundlagen Finanzwesen und Controlling (FI - CO)	Willi Wagner	Mi., 06.03.2013 - 09:00 Uhr	00505008	253
SAP R/3 Materialwirtschaft (MM)	Willi Wagner	Do., 07.03.2013 - 09:00 Uhr	00505009	253
SAP R/3 Vertrieb und Versand (SD)	Willi Wagner	Fr., 08.03.2013 - 09:00 Uhr	00505010	253
SAP R/3 Produktionsplanung - Fertigungsauftragsverwaltung ***	Willi Wagner	Mo., 04.03.2013 - 19:00 Uhr	00505011	253
SAP R/3 Produktion-, Kapazitätsplanung ***	Willi Wagner	Mi., 06.03.2013 - 19:00 Uhr	00505012	254
Android-Smartphone: Grundlagen ***	Ricardo Sant` Anna	Sa., 23.02.2013 - 09:00 Uhr	00501010	254

*) Für diese Veranstaltungen stehen die Beginndaten noch nicht fest. Bitte lassen Sie sich vormerken.

**) Geschlossene Folgekurse - weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.vhs-diepholz.de.

***) Veranstaltungen „Neu vor Ort“.

Frank Jakob
Fachbereichsleitung
Tel. 04242 976-4005
E-Mail:
frank.jakob@vhs-diepholz.de

Nicole Peukert
Sachbearbeitung
Tel. 04242 976-1921
E-Mail:
nicole.peukert@vhs-diepholz.de

Anne-Marijke Treptow
Sachbearbeitung
Tel. 04242 976-4071
E-Mail: anne-marijke.treptow
@vhs-diepholz.de

Die Ansprechpartner/-innen zu bestimmten Fachbereichsthemen finden Sie auf den entsprechenden Seiten im Programm.

1 Gesellschaft

Fachbereichsthemen

Bürgerschaftliches Engagement, Agenda 21 64

Miteinander leben, Prävention, Integration, Interkulturelle Bildung 66

Junge VHS 68

Politik, Fragen der Zeit, Geschichtswerkstätten, Heimatforschung 70

Deutschland, Europa und die Eine Welt 78

Andere Länder - Kulturen, Geschichte 90

Technik, Naturwissenschaften 84

Umwelt, Ökologie 85

Hier geht´s (nicht nur) um Ihr Geld: Wirtschaft, Finanzen, Recht 90

Frühkindliche Bildung und Entwicklung: Familie, Kindertagesstätte, Krippe, Schule, Kindertagespflege 92

Rhetorik, Kommunikation, Selbsterfahrung 103

Philosophie, Religion 109

Sonstige Veranstaltungen 110

Bürgerschaftliches Engagement, Agenda 21

Reinhild Olma
Waldwinkel 20, 28816 Stuhr
Tel. 04206 9950
olma.reinhild@gmail.com

Arbeitskreis für Fairen Handel - Stuhr Fair

Wenn Sie sich für Fairen Handel interessieren und vor Ort etwas bewegen möchten, dann sind Sie in unserer Aktionsgruppe herzlich willkommen. Infos gibt es bei Gitta Hülsmeier. An fairem Handel interessierte Männer melden sich bitte bei Hans Schüler unter Tel. 0421 569-5231Weitere Termine: 26.02., 26.03., 30.04., 28.05. und 25.06.13. Spez. Fragen z. Kurs: 0421 567783

Stuhr-Brinkum, Frauentreffpunkt „Sie(h) da“
Gitta Hülsmeier
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 29.01.13, 16:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03115002

Tagesseminar

Aufbauseminar ELFEN und Senior-Trainer/in

Sie als qualifizierte ELFEN und SeniorTrainer/-innen sind in unterschiedlichen Projekten tätig. Mit ihrem Erfahrungswissen und Ihren Kompetenzen bringen Sie sich in die Gesellschaft ein und geben dieses an Andere weiter.
Für diesen Nachmittag ist die von Ihnen gewünschte Protokollführung geplant. Aber wie sieht der zweckmäßige Protokollaufbau aus? Und welche Punkte dürfen auf keinen Fall fehlen, wenn Sie zum Beispiel in der kommunalen Seniorenpolitik eine Veranstaltung protokollieren?
Bei Rückfragen rufen Sie mich gerne an.
Spez. Fragen z. Kurs: 04206 9950

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Reinhild Olma
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 24.04.13, 17:00 Uhr
1 U-Tage, 5 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 30100008

Arbeitskreis

Erfahrungsaustausch der Agenda-Gruppen

Die ehrenamtlichen Agenda-Gruppen im Landkreis sind sehr aktiv und einige Einrichtungen sind aus Ideen bei diesen Treffen entstanden.
Unterschiedliche Arbeitsgruppen tauschen sich an diesem Abend aus und berichten von ihren Projekten. Welche Agenda-Projekte laufen in den unterschiedlichen Kommunen des Landkreises, werden sie Agenda Projekte genannt? Wie werden diese finanziert und welche neuen Projekte gibt es.
Eingeladen sind Agenda21- Akteure im Landkreis Diepholz, sowie die Seniorenservicebüros und die Freiwilligenagenturen. Weitere Gäste sind herzlich willkommen!

Spez. Fragen z. Kurs: 04206 9950

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Reinhild Olma
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 24.03.13, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 30100009

Lokale Agenda 21 in Stuhr

Seit 1998 gibt es die Lokale Agenda 21 Stuhr, und seitdem arbeitet die AG Stuhr mobil erfolgreich an Projekten mit dem Ziel Förderung der nachhaltigen Mobilität, wie z. B. Initiierung und Organisation

- des autofreien Tages in Stuhr mit Plakataktionen, Radtouren, Auto gegen Fahrrad-Test
- eines Malwettbewerbs für Grundschulkinder zum Thema „autofreier Tag“
- einer Busmalaktion zum Thema „ohne Auto in die Stadt“
- einer Fahrradwerkstatt in der Lise-Meitner-Schule
- verschiedener Ausstellungen zum Thema „alternative Antriebstechniken“
- einer ÖPNV-Studio mit dem Schwerpunkt Straßenbahn

Derzeit arbeitet die Gruppe am Aufbau einer Internetseite mit Diskussions-Forum.

Es finden regelmäßige Arbeitsgruppentreffen statt.

Informationen:
AG Stuhr mobil
Renate Joa, Tel. 0421 895742
Internet: www.stuhr-mobil.de

Arbeitskreis

Lokale Agenda 21 in Bassum

Jeder kann sich in der Agenda21 für die Gemeinschaft engagieren, ohne hierfür in einen Verein eintreten zu müssen. Entsprechend offen ist auch das Engagement. Der Bürgermeister, der Rat und die Stadtverwaltung der Stadt Bassum unterstützen die Arbeit der Agenda21 ausdrücklich. Jeder kann nach seinen Interessen mitwirken. Das Agenda21-Büro im Rathaus informiert und berät gern.

Die Arbeitsgruppen / Projektgruppen und ihre Moderatoren/-innen

0. Lenkungsgruppe - Politik, Verwaltung, Vertreter der AG‘s - Reinhild Olma
1. AG Stadtgrün / Bäume - Detlev Block Bea Linnert
2. Runder Tisch Energie - Reinhild Olma
3. AG Stadtbild und Touristik - Erika Bode
4. AG Abenteuer Vorlesen - Reinhild Olma

Die Sitzungstermine werden in der regionalen Presse bekannt gegeben.
Informationen:
Stadt Bassum, Agenda 21-Büro
Tel. 04241 8469, Fax 04241 8459
E-Mail: agenda21@stadt.bassum.de
Internet: www.agenda21-bassum.de

Veranstaltungsorte: Bassum, Rathaus / Bürgerservice, Heimatstube der Freudenburg
Kursnummer: 30100020

Lokale Agenda 21 in Twistringen

Bereits seit vielen Jahren findet in Twistringen erfolgreich Agenda-Arbeit statt. In öffentlichen Veranstaltungen wird in fünf Arbeitsgruppen an zukunftsorientierten Themen gearbeitet. Eine enge Zusammenarbeit mit anderen Ortsgruppen und Vereinen besteht dabei. Die Termine von den Treffen der Arbeitsgruppen werden in der regionalen Presse bekannt gegeben.
AG Stadtentwicklung und Landschaftspflege: Die Arbeitsgruppe setzt sich für die Pflanzung von Bäumen und Sträuchern im Stadtgebiet ein. Außerdem bepflanzten die Aktiven den Beeren- und Rosenlehrpfad, Streuobstwiesen und öffentliche Grünflächen. Zur Innenstadtverschönerung werden Mobile Blumenkübel vermietet und jährlich 2000 Osterglocken gepflanzt.
AG Kultur und Freizeit: In Zusammenarbeit mit der Arbeitsgruppe Gästeführung und Touristik bietet die Arbeitsgruppe jährlich eine Fahrrad-Gartentour mit faszinierenden Einblicken in Twistringer Privatgärten an. Außerdem startet jeden Sommer eine Fahrrad-Rallye, die mit kniffligen Fragen im Gepäck durch das Stadtgebiet führt. Fotowettbewerbe und Erstellen von Kalendern zählen ebenfalls zu den Themen der Arbeitsgruppe.
AG Lesepaten: Unter dem Motto: „Ich schenke Dir eine Geschichte ...“ findet in Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Twistringen an jedem zweiten und letzten Mittwoch im Monat eine Vorlesestunde für Kinder statt. An der HRS und der Grundschule in Twistringen üben viele engagierte Leselernhelfer, unterstützt durch den Förderverein Stadtbücherei, partnerschaftlich das Lesen mit Kindern.
AG Energie: Die Arbeitsgruppe möchte sich für die praktische Umsetzung alternativer Energieformen und das Energiesparen einsetzen. Auf Anregung der Gruppe wurde die erste Twistringer Bürgersolaranlage installiert und die Weihnachtsbeleuchtung auf LED Technik umgerüstet. Eine aktive Zusammenarbeit mit Schülern findet regelmäßig statt.
AG Gästeführung und Touristik: Die qualifizierten Gästeführerinnen haben ein attraktives Programm mit verschiedenen Tagesangeboten und ganzen Wochenendpaketen zusammengestellt. Ein touristisches Stadtmarketing wirbt aktiv für Twistringen. „Twistringer Warenkorb“ und „Twistringer Teller“ bereichern das Angebot für Gäste und Einheimische.

Sollten Sie Interesse an der Mitarbeit in einer Arbeitsgruppe haben, dann kommen Sie doch einfach vorbei oder melden Sie sich bei der Agenda Beauftragten der Stadt Twistringen Frau Ulrike Ehlers. Sie ist montags und mittwochs im Rathaus Zimmer 313 von 8:00 Uhr bis 12:00 Uhr zu erreichen. Telefon 04243 413-135, E-Mail u.ehlers@twistringen.de
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 2416

Twistringen, Rathaus, Lindenstr. 14
Hedwig Harms
Kursnummer: 30100055

Arbeitskreis

Lokale Agenda 21 in Weyhe

AG Freiwilligen Agentur Weyhe - Zeit!Spende:
Die Gruppe hat sich die Förderung des bürgerlichen Engagements zum Ziel gemacht. Das Team schafft Kontakte zwischen Menschen, die sich gern engagieren möchten und Institutionen, Vereinen und Verbänden, die für ihre Aufgabe ehrenamtliche Kräfte benötigt. Die Tätigkeiten umfassen im Wesentlichen die Bereiche Soziales, Kinder, Jugend und Senioren, Natur, Umwelt und Kultur. www.freiwilligenagentur-weyhe.de

AG Energie:
Leitziele der Gruppe sind die CO2-Reduktion, die Reduzierung des Ressourcenverbrauchs, die Förderung des Energiebewusstseins und der Klimaschutz. Die Errichtung zweier Bürgersolaranlagen wurde durch die Gruppe angestoßen und begleitet.
AG Mobilität:
Eine bessere Lebensqualität in der Gemeinde Weyhe ist nur eins der Themen, mit denen sich die Gruppe befasst. Es entstand die Bürgerbus-Idee, die aus der Gruppe hervorgegangen ist. Ein weiteres Projekt ist der SCHULEXPRESS, der erfolgreich umgesetzt wird. Darüber hinaus setzt sich die Gruppe für fahrradfreundliche Verkehrsbedingungen in Weyhe ein. In Zusammenarbeit mit Schülern der Sek. II wurde der „Weyher Fahrradbügel“ entworfen und am Rathaus der Gemeinde Weyhe als Pilotprojekt aufgestellt.
Sie möchten sich einmischen und etwas in Weyhe bewegen oder haben Interesse an der Mitarbeit in einer der Arbeitsgruppen - dann sind Sie herzlich willkommen. Infos gibt es im Rathaus der Gemeinde Weyhe bei Christina Mielke in Zimmer 100. Telefon 04203 71144, E-Mail agenda@weyhe.de oder www.agenda.weyhe.de

Weyhe
Kursnummer: 30100011

Miteinander leben, Prävention, Integration, Interkulturelle Bildung

Zukunftwerkstatt Weyhe

Gesundheiten und Pflege
Engagierte Bürger bringen Ideen ein und erarbeiten in Zusammenarbeit mit Fachleuten Konzepte z. B. zur Förderung der medizinischen Versorgung, der Altenbetreuung, der Entwicklung neuer Wohnformen und der Förderung des ehrenamtlichen Engagements in der Gemeinde Weyhe.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 892207

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Birgit Struthoff
Termine und weitere Infos entnehmen Sie bitte der Presse.
4 U-Tage, 12 U-Std.
Kursnummer: 12101009

Bürgerfunk: Radio und Fernsehen

in Kooperation mit der Medienwerkstatt Stuhr e. V.
Der Bürgerfunk ist ein Ort der Bildung, Begegnung, Kommunikation und Kultur. Er unterstützt politische und kulturelle Bildung und fördert die Medienkompetenz unabhängig von Alter, Herkunft, Geschlecht, Religion und sozialer Situation.
Dieses Semester wollen wir uns mit der Wahl zum 17. Niedersächsischen Landtag beschäftigen. Wir werden Interviews führen und Stellungsnahmen aufnehmen um so Informationen, Hintergründe und Analysen zum Wahlkreis 41 zu liefern. Interessierte Bürgerinnen und Bürger sind willkommen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 4603122

Stuhr-Brinkum, Alte Schule, Jahnstr. 21
Christian Vogel
Mo, 04.02.13, 19:00 Uhr
17 U-Tage, 68 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03100004

Bildungsurlaub

„All inclusive“ oder Inklusion als Herausforderung

„All inclusive-Reisen“ sind in den letzten Jahren immer beliebter geworden, da man sich bei den meisten Angeboten fast keine Gedanken mehr (vor allem) über Zusatzkosten machen muss. Genau diese Herausforderung gesellschaftlich anzunehmen und umzusetzen für alle Menschen in unserer Gesellschaft ist unsere Aufgabe für heute und morgen.
Wenn alle mitmachen dürfen - wenn Unterschiedlichkeit zum Ziel führt - wenn Nebeneinander zum Miteinander und Ausnahmen zur Regel werden - wenn Anderssein normal ist - dann leben wir in einer inklusiven Gesellschaft.
Inklusive (Team-)Bildung, in der jede/r „Teil hat und Teil ist“, als zentrale Aufgabe für eine erfolgreiche Zukunft in Gesellschaft und im Beruf.
Themen des Seminars werden Fragen zur Bedeutung, den Risiken und Chancen von Inklusion sein. Ferner beschäftigen uns Fragen um - sichtbare und unsichtbare - Barrieren in unserem Alltags-Leben.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Gisela Röhling
Anmeldung bis 20.04.2013
Mo, 27. – Fr, 31.05.2013
420,00 € (Ü/VP), EZ-Zuschlag 44,00 €.
Teilnahmeentgelt ohne Unterkunft bitte auf Anfrage.
Kursnummer 00106001

Vortrag

Integration der Migranten und Flüchtlinge

in Kooperation mit Pro Asyl im Landkreis Diepholz
Viele Menschen aus unterschiedlichen Ländern leben unter uns. Sie sind entweder als Gastarbeiter, Flüchtlinge/Bürgerkriegsflüchtlinge, Asylsuchende, Aussiedler oder aber als EU-Bürger zu uns gekommen. Sie sind fast alle „heimisch“ geworden. Sie bereichern uns und unsere Gesellschaft mit ihren kulturellen, politischen, wirtschaftlichen, religiösen Beiträgen etc. Und genauso finden seit ihrem Dasein bundesweit jedes Jahr die „Wochen der ausländischen Mitbürgerinnen und Mitbürger“ bzw. die „interkulturellen Tage“ statt, auch bei uns im Landkreis Diepholz. Hinsichtlich Migration, Flucht, Rassismus werden Film- und Diskussionsabende, Veranstaltungen etc. organisiert oder aber Ausstellungen in den Stadtbibliotheken aufgestellt.
Termin wird in der Presse bekannt gegeben.

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Rahmi Tuncer
Kursnummer: 04100019

Vorbereitung auf den Einbürgerungstest

Der Kurs bietet eine Vorbereitung auf den Einbürgerungstest, der Voraussetzung für die Einbürgerung ist.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 1742

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Heinrich Warneke
Termine auf Anfrage
5 U-Tage, 30 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 30100039

Prüfungen - Einbürgerungstest

Syke
1. Termin:
Anmeldung bitte umgehend
Fr, 22.02.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 2 U-Std., 25,00 €
Kursnummern: 30100037

2. Termin:
Anmeldung bis 01.02.2013
Fr, 19.04.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 2 U-Std., 25,00 €
Kursnummer: 30100038

3. Termin:
Anmeldung bis 26.06.2013
Fr, 23.08.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 2 U-Std., 25,00 €
Kursnummer: 30100040

Weltfrauentag

Anlässlich des Weltfrauentages werden in Twistringen verschiedene Aktivitäten speziell für Frauen angeboten.
Veranstalter: Gleichstellungsbeauftragte

Twistringen
Fr, 08.03.13
Kursnummer: 24100701

Arbeitskreis Prävention

Im April 2004 hat sich der Arbeitskreis aus der Veranstaltung „Stuhr macht Prävention“ gegründet. Die Themen des Arbeitskreises sind vielfältig.
Ziel des Arbeitskreises ist die aktive Information, Veranstaltung von Themenabenden und der Anstoß bzw. die Durchführung von nachhaltigen Präventionsprojekten. Auch soll in Zukunft die Vernetzung ausgeweitet werden.
Die Themenschwerpunkte für dieses Semester werden im Arbeitskreis angeregt, besprochen und festgelegt.
Wir sind ein offener Kreis von engagierten Mitbürgerinnen und Mitbürgern und freuen uns über weitere Mitstreiterinnen und Mitstreiter.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421-8091963

Stuhr, Rathaus, Blockener Str. 6
Rebekka Seelig
Mo, 04.02.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03101002

Frauen

Frauenrat

Frauen, die in einer Gruppe arbeiten bzw. Ideen haben oder aktiv werden wollen, treffen sich zum Austausch, zur Organisation und zur Koordination verschiedener Aktivitäten.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 567783

Stuhr-Brinkum, Frauentreffpunkt „Sie(h) da“
Gitta Hülsmeier
Mo, 11.02.13, 19:00 Uhr
2 U-Tage, 6 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03102701

Frauen

Frauen leben international

PRETILDA
Frauen verschiedener Nationalitäten treffen sich, um sich kennen zu lernen, sich auszutauschen, gemeinsam etwas zu unternehmen und den Kontakt zwischen Frauen mit und ohne Migrationshintergrund zu intensivieren.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 892388

Stuhr-Brinkum, Frauentreffpunkt „Sie(h) da“
Inge Rose
Sa, 09.02.13, 15:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03102703

Interkultureller Frauengesprächskreis

in Kooperation mit dem Gleichstellungsbüro der Gemeinde Weyhe
Frauen aus unterschiedlichen Nationen und Kulturkreisen diskutieren unter der fachlichen Leitung wechselnder Dozenten politische, wirtschaftliche, pädagogische und kulturelle Themen.

Weyhe, Frauenzentrum, im Bruch 17
Dozententeam / Ülkü Kilic-Walter
Di, 05.02.13, 14:00 Uhr
18 U-Tage, 72 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12100701

Internationaler Frauengesprächskreis

in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten
Im Mittelpunkt stehen „alltägliche“ Themen, die die Teilnehmerinnen selbst bestimmen. Es wird darum gehen sich auszutauschen und eigene Positionen zu entwickeln und zu vertreten. Der Gesprächskreis trifft sich einmal im Monat. Erster Mittwoch.

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Mona Saoumi
Mi, 06.02.13, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 24100706

Frauen

Gesprächskreis über Alltagsprobleme

für Frauen mit Migrationshintergrund - in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Sulingen und dem Kindergarten Zauberland
Dieser Gesprächskreis ist für Frauen jeder Nationalität offen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.
Information und Anmeldung: Anke Harzmeier, Gleichstellungsbeauftragte, Tel. 04271 8820
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 3873

Sulingen, Kindergarten Zauberland, Holunderweg 3
Margarethe Dünckmann
Di, 01.01.13, 07:45 Uhr
16 U-Tage, 48 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 22100701

„Frau trifft sich“ (Frauen ab 60)

in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Gemeinde Stuhr
Frauen verschiedener Lebenssituationen und Interessen treffen sich jeden vierten Donnerstag im Monat um 19:00 Uhr im Haus Lohmann in Stuhr-Brinkum. Stets werden hierzu auch Referentinnen und Referenten zu unterschiedlichen Themen eingeladen mit anschließender Diskussion. Außerdem kommen jeden zweiten Donnerstag im Monat um 10:30 Uhr Frauen im Frauentreffpunkt „Sie(h) da“ an der Jupiter-Straße in Brinkum zusammen, um gemeinsame Aktivitäten zu besprechen. Frauen, die teilnehmen und mitgestalten möchten, sind auch hierzu herzlich eingeladen. Der Einstieg ist jederzeit möglich, ebenso die Teilnahme an einzelnen Veranstaltungen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 510534

Stuhr-Brinkum, Lohmannsches Haus
Anne Scheen
Do, 24.01.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 21100701

Gesprächskreis im Frauencafé

Für Frauen jeden Alters und jeder Nationalität. Zu Kursbeginn werden die Themen abgesprochen. Mit Kinderbetreuung jeden Dienstag von 15:00 bis 18:00 Uhr. Interessierte sind jederzeit willkommen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8983583

Stuhr-Brinkum, Frauentreffpunkt „Sie(h) da“
Tanja Mouchawrab
Di, 05.02.13, 15:00 Uhr
21 U-Tage, 84 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03100703

Muttersprachlicher Frauentreff: Türkisch

Gesprächskreis im Frauencafé „Sie(h)da“
Alltagsthemen wie Kindererziehung, Kindergarten, Schule und kulturelle Unterschiede stehen im Mittelpunkt dieses Gesprächskreises.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 3065057

Stuhr-Brinkum, Frauentreffpunkt „Sie(h) da“
Reyhan Berber
Mi, 06.02.13, 10:00 Uhr
18 U-Tage, 32 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03100701

Muttersprachlicher Frauentreff: Arabisch

Gesprächskreis im Frauencafé „Sie(h)da“
Alltagsthemen, die von den Teilnehmer/-innen festgelegt werden, der Austausch untereinander und die Entwicklung einer eigenen Position stehen im Mittelpunkt dieses Frauentreffs.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 802657

Stuhr-Brinkum, Frauentreffpunkt „Sie(h) da“
Ursel Pentrup
Mi, 06.02.13, 15:00 Uhr
20 U-Tage, 80 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03100702

Arbeitskreis

Ungarisch-deutscher Freundestreff

Jo napod - Guten Tag
Die ungarische Sprache ist die einzige nicht-indoeuropäische Sprache, die im mitteleuropäischen Raum gesprochen wird. Woher kommen die Ungarn oder Magyaren, wie sie sich selber nennen? Mit welchen Völkern sind sie verwandt und warum haben die Ungarn drei Nationalfeiertage? Diese Fragestellungen sollen mit den in Stuhr lebenden Ungarn nachgegangen werden um zu erfahren welches kulturelle Erbe ihnen wichtig ist.
Der Arbeitskreis trifft sich jeden 1. Samstag im Monat.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 891415

Stuhr-Brinkum, Lohmannsches Haus
Christa Schöningh
Sa, 09.02.13, 10:00 Uhr
6 U-Tage, 24 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03100001

Frauen

„Mein Migrationsweg in Deutschland“

in Kooperation mit dem Gleichstellungsbüro der Gemeinde Weyhe
Migration ist auf der globalen Ebene ein andauerndes Phänomen der Weltgeschichte. Abgesehen von den Migrationsmotiven und den damit verbundenen politischen und gesellschaftlichen Konsequenzen wird Migration auf der individuellen Ebene meist als ein biographischer Umbruch erlebt, der mit Verlusten und Unsicherheiten in allen Lebensbereichen verbunden ist. Migration bedeutet für einen Menschen den Verlust von Heimat, Familie, Freunden und noch vieles mehr. Das gewohnte soziokulturelle Umfeld der Muttersprache wird verlassen und das frühere Leben wird aufgegeben. In diesem Gesprächskreis werden Frauen dabei unterstützt, den schwierigen Prozess der Migration besser zu verstehen, um letztlich die Migration auch als Chance zu sehen.
Anmeldung auch über die Gleichstellungsbeauftragte, Tel. 04203 71221.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 2776864

Weyhe, Frauenzentrum, im Bruch 17
Maria Jose Sanchez de Brand
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.03.13, 16:00 Uhr
8 U-Tage, entgeltfrei
Kursnummer: 12101702

Arbeitskreis

Alltagsbewältigung

Interessierte sind jederzeit willkommen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 92011

Bruchhausen-Vilsen, Gemeindehaus Vilsen
Vera Briewig
Fr, 01.02.13, 15:00 Uhr
20 U-Tage, 60 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 04106124

Arbeitskreis

Umgang mit erfahrener sozialer Ausgrenzung

Interessierte sind jederzeit willkommen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 92011

Bruchhausen-Vilsen, Gemeindehaus Vilsen
Peter Henze
Fr, 01.02.13, 15:00 Uhr
20 U-Tage, 60 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 04106123

Arbeitskreis

Wo komme ich her? Wo lebe ich jetzt?

Wir betrachten Traditionen, Bräuche und Lebensbedingungen im soziokulturellen Kontext der Geschichte. Wie sind und waren die Lebensumstände im Herkunftsland und wie ist das gesellschaftspolitische System der verschiedenen Herkunftsländer? Wir wollen unsere Wurzeln kennen lernen, damit das Fremde nicht mehr fremd ist, sondern Heimat werden kann. Ziel ist es, einen Ort der Identifikation und Verständigung zu schaffen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8092672

Stuhr-Brinkum, Kulturverein „Granatapfel“ e.V., Bremer Str. 28
Katja Schauland
Mi, 06.02.13, 09:15 Uhr
18 U-Tage, 54 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03101009

Junge VHS

Gewaltprävention und Integration durch Sport - Boxen

Weißt du manchmal nicht wohin mit deiner Kraft? Hast du Lust, mal so richtig auf den (Box-)Sack zu hauen? Neben Kondition und Kraft kommt es im Boxen auch auf Fairness und Regeln an. In diesem Kurs lernt ihr mit eurem Körper und eurer Kraft auch im Alltag angemessen umzugehen.

Für Jugendliche zwischen 10 und 14 Jahren.

Twistringen, Jugendhaus, Lindenstr. 39 (Seiteneingang)
Godwill Guy Rudolf Ames
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 16:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 15,00 €
Kursnummer: 24100006

Für Jugendliche ab 14 Jahren.
Termine: jeweils dienstags und donnerstags, ausgenommen Schulferien.

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Godwill Guy Rudolf Ames
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 17:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 15,00 €
Kursnummer: 02100006

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Godwill Guy Rudolf Ames
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 04.04.13, 17:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 15,00 €
Kursnummer: 02100007

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Godwill Guy Rudolf Ames
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 14.05.13, 17:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 15,00 €
Kursnummer: 02100008

Arbeitskreis

Die Fantasie ist ewig jung - Bildung und Kultur im Alter

In Deutschland und in den anderen europäischen Ländern werden die Menschen zunehmend älter und die Gesellschaft wird „bunter“. Die Frage nach interessanten Kulturangeboten für Ältere rückt daher in den Mittelpunkt des gesellschaftlichen Interesses. In diesem Arbeitskreis sollen Visionen und Ideen entwickelt werden, wie Kulturarbeit für ältere Bürgerinnen und Bürger unter Berücksichtigung des demografischen Wandels verwirklicht werden können.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 891415

Stuhr-Brinkum, Lohmannsches Haus
Christa Schöningh
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 10:45 Uhr
17 U-Tage, 34 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03100002

VHS-Angebote zur Lernförderung von Kindern und Jugendlichen aus Familien mit geringem Einkommen

Informationen dazu auf Seite 264.

Junge VHS

Lebenslanges Lernen beginnt schon im Kindesalter. Mit unterschiedlichen Angeboten bietet die „Junge VHS“ Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, neue Interessen zu entdecken und bestehende zu vertiefen.

- Gewaltprävention und Integration durch Sport - Boxen
  Bassum, Twistringen Seite 68, 69
- Osterferien-Zauberworkshop
  Bruchhausen-Vilsen Seite 134
- Ferienmalschule für Kinder (6 - 12 J.)
  Diepholz Seite 134
- Malen für Kinder (6 - 10 J.)
  Diepholz Seite 134
- Yoga mit Spaß für Kinder
  Bassum, Bruchhausen-Vilsen Seite 171
- Selbstverteidigung
  Stuhr-Brinkum Seite 182
- Selbstverteidigung für Mädchen ab 10 Jahren
  Twistringen Seite 182
- Wendo für Mädchen
  Bruchhausen-Vilsen Seite 182
- Kochen mit Kindern
  Bruchhausen-Vilsen Seite 189
- Computerkurs für Kids
  Twistringen Seite 232

Schulakademie

in Kooperation mit Schulen des Landkreises und der Jugendsozialarbeit

Im Rahmen einer zukunftsorientierten Schulentwicklung öffnen sich die Schulen verstärkt nach außen und suchen die Zusammenarbeit mit außerschulischen Partnern. Schulen und Volkshochschulen als Träger des öffentlichen Bildungswesens sind in vielfältiger Weise örtlich eingebunden, kommunal verankert und damit ideale Partner für die Orientierung von Kindern und Jugendlichen in ihrem Lebensraum.

Die Zusammenarbeit zwischen Schulen und Volkshochschulen wird deshalb sowohl aus pädagogischen und sozialen als auch aus bildungsökonomischen und kommunalpolitischen Gründen entwickelt und ausgebaut. Schulen und Volkshochschulen könnten noch stärker als bisher auf möglichst vielen Feldern zusammenarbeiten mit dem Ziel, auf allen Ebenen ein engmaschiges und tragfähiges Bildungsnetzwerk VHS & Schule zu knüpfen unter dem Motto: Gemeinsam weiter – lernen fürs Leben.

- **Schulzentrum Petermoor, Bassum**
  Erika Stötzel, Tel. 04241 1291, print-erika@web.de
- **KGS Kirchweyhe**
  Stefan Sandmann, Tel. 04203 812832, sozialteam.kgskw@gmx.de
  Mo. - Do. 9:30 - 15:30 Uhr, Fr. 8:00 - 12:30 Uhr
- **Jahnschule Diepholz**
  Andre Pfennig, Tel. 05441 5921213/0175 686
  andre.pfennig@schulnet.diepholz.de
  Mo. - Mi. 7:30 - 13:00 Uhr, Fr. 7:30 - 12:30 Uhr
- **Christian-Hülsmeyer-Schule, Barnstorf**
  Ulrich Zieske, Tel. 05442 2382, Fax 05442 3931
  ulrich.zieske@schulnet.diepholz.de
  Mo. 10:00 - 12:00 Uhr, Fr. 8:00 - 10:00 Uhr
- **Hildegard von Bingen Gymnasium, Twistringen**
  Michael Schläger, Tel.: 04243 9414980,
  michael.schlaeger@gymnasium-twistringen.de

Politik, Fragen der Zeit, Geschichtswerkstätten, Heimatforschung

Frank Jakob
Tel. 04242 976-4005
frank.jakob@vhs-diepholz.de

Ausstellung

„So klingt meine Bilderwelt…“ - Eine Fotoausstellung

in Kooperation mit dem Verein „Gemeinsam e. V.“
Die Eindrücke während eines musikalischen Workshops mit Behinderten des Vereins „Gemeinsam e. V.“ werden dargestellt.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 891415

Stuhr-Brinkum, Lohmannsches Haus
Christa Schöningh
So, 05.05.13, 12:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03101005

Filmvorführungen

„Die Kriegerin“

In Kooperation mit dem Cinema Twistringen, der Haupt- und Realschule Twistringen und dem Hildegard-von-Bingen-Gymnasium.
Schülervorstellung (Entgelt 3,00 €)morgens, offene Vorstellung in den Abendstunden.

Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 20:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €.
Kursnummer: 24101001

Aber das Leben geht weiter

Dokumentarfilm von Karin Kaper und Dirk Szuszies
Drei polnische und drei deutsche Frauen aus mehreren Generationen, deren Familiengeschichte sich nach Ende des Zweiten Weltkrieges auf dramatische Art kreuzte, setzen bewusst persönlich zum Thema »Flucht und Vertreibung« ein Zeichen der Annäherung. Dies ist Thema des Kinodokumentarfilms, der in der Region um Bremen seinen Ursprung hat. Er erzählt von Heimat, Krieg, vom Überleben in der Fremde und davon, wie die große Geschichte in das Dasein der Menschen hinein blitzt und die Lebensbahnen durcheinanderwirbelt.
In Kooperation mit der Kirchengemeinde Stuhr-Brinkum.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 2290455

Stuhr-Brinkum, Lohmannsches Haus
Susanne Christiane Habermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 03101003

Kriegs- und Nachkriegskinder - eine vergessene Generation

Erzähl-Café - in Kooperation mit dem Kreismuseum Syke
An jedem 3. Dienstag im Monat treffen sich Betroffene und Interessierte im Kreismuseum.
Spez. Fragen z. Kurs: 04221 399480

Syke, Kreismuseum
Magda Ventzke
Di, 15.01.13, 16:00 Uhr
3 U-Tage, 6 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 23101008

Arbeitskreis

Geschichtswerkstatt Lindern

In monatlichen Treffen sollen Bild- und Informationsmaterial gesammelt werden, um eine Dorfchronik für die Gemeinde Lindern zu erstellen. Neben der Geschichte der einzelnen Familien, Höfe und Dörfer geht es auch um die Landwirtschaft früher und heute, alte Handwerksberufe, Sitten und Gebräuche, die Schulen, Kriegsereignisse und vieles mehr. Außerdem sollen Erinnerungen und Erlebnisse der Teilnehmer zu Papier gebracht werden. Wir treffen uns jeweils am letzten Freitag im Monat.
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 4472

Lindern/Sulingen, Feuerwehrgerätehaus
Mohrmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 25.01.13, 15:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 22101001

Arbeitskreis

Geschichtswerkstatt „Samtgemeinde Rehden und ihre Mitgliedsgemeinden im historischen Rückblick“

Diese Geschichtswerkstatt richtet sich an interessierte Bürgerinnen und Bürger, alle Vereine und Verbände im Samtgemeindegebiet. Eine noch zu gründende Arbeitsgruppe sammelt Materialien (Fotos, historische Dokumente), wertet diese und bereits vorhandene Unterlagen für den Aufbau eines Archivs aus. Die Ergebnisse der Arbeit sollen durch Veröffentlichungen, Ausstellungen und Veranstaltungen den Bürgern zugänglich gemacht werden.
Spezielle Fragen zum Kurs: 05446 4012
Beginn: Febr. 2013, Veröffentlichung in der Tagespresse.
Termine nach gemeinsamer Absprache.
Spez. Fragen z. Kurs: 05446 4012

Rehden
Dieter Plaggemeyer
entgeltfrei
Kursnummer: 15101001

Arbeitskreise

Geschichtswerkstatt Weyhe

In der neu eingerichteten Geschichtswerkstatt Weyhe soll die vielfältige Geschichte der Gemeinde Weyhe und ihrer einzelnen Ortsteile in Arbeitsgruppen langfristig erforscht, dokumentiert und der Öffentlichkeit zugänglich gemacht werden.
Jeweils 14-täglich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2338

Geschichtswerkstatt 1
Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Hermann Greve
Fr, 01.02.13, 16:00 Uhr
12 U-Tage, 36 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12101001

Geschichtswerkstatt 2
Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Hermann Greve
Fr, 08.02.13, 10:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12101006

Arbeitskreis

Geschichtswerkstatt 800 Jahre Gessel-Leerßen

Im vergangenen Jahr wurde das 800jährige Bestehen von Gessel und Leerßen begangen. Jetzt soll weiter zurückgeblickt werden. Die Teilnehmer/-innen folgen Spuren der Früh- und Vorgeschichte in Gessel, vom Jahr 2012 bis zur Bronzezeit. Orientierung dazu geben die Ausgrabungen entlang der NEL im Bereich Gessel, die einen lebendigen Blick auf die dazugehörigen Jahre ermöglichen. Die Ergebnisse sollen dokumentiert werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2338

Syke, Rathaus, Stadtarchiv
Hermann Greve
Do, 07.02.13, 17:00 Uhr
10 U-Tage, 30 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 23101021

Arbeitskreis

Geschichtswerkstatt „Schwarme früher“

in Zusammenarbeit mit dem Heimat-, Umwelt- und Kulturverein Schwarme e.V. EULE
Die Arbeitsgruppe sammelt und dokumentiert alte Fotos, historische Dokumente und historische Materialien für ein Archiv und für die Durchführung von Ausstellungen und Veranstaltungen.
Termine nach gemeinsamer Absprache.
Spez. Fragen z. Kurs: 04258 1351

Schwarme, Robberts Huus, Hoyaerstr. 2
Ulrich Dunker
Mi, 06.02.13, 18:30 Uhr
20 U-Tage, 60 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 04100024

Arbeitskreis

Geschichtswerkstatt

Dorfgeschichte Bahrenborstel
Die Erarbeitung der Geschichte Bahrenborstels/Holzhausens von der Ersterwähnung 1310 bis ins 20. Jahrhundert wird fortgesetzt. Schwerpunkte der Arbeit sollen die Schulen in den beiden Dörfern sowie Sitten, Gebräuche und Aberglauben sein.
Keine Anmeldung erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04273-459

Bahrenborstel, Elas Hofcafe, Eichenstr.
Irmgard Krebs
Mi, 06.02.13, 19:30 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 11101002

Arbeitskreis

Geschichtswerkstatt Wehrbleck

Schwerpunkt in diesem Semester ist weiterhin „Wehrbleck im 20. Jahrhundert“.
Keine Anmeldung erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04274 963610

Wehrbleck, Gasthaus Lüdemann, Sulinger Str. 1
Markus Kellermann
Di, 05.02.13, 19:30 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 11101003

Arbeitskreis

Geschichtswerkstatt

Groß Mackenstedt / Heiligenrode
Die Teilnehmenden der Geschichtswerkstatt Heiligenrode treffen sich in unregelmäßigen Abständen.
Geplant ist die Kooperation mit einer polnischen Partnergemeinde, um bisher nicht aufgearbeite Verbrechen im Umfeld eines einstigen KZ-Außenlagers in der Nähe von Wroclaw (Breslau) aufzuarbeiten.
Die Geschichtswerkstatt plant dazu Seminare und öffentliche Veranstalttungen.
Termine und Einzelheiten werden in der Presse bekannt gegeben.
nach Vereinbarung
Spez. Fragen z. Kurs: 04206 9819

Stuhr-Heiligenrode, Kirchengemeinde Heiligenrode; Alte Pfarrscheune
Elisabeth Heinisch
Fr, 08.02.13, 09:00 Uhr
10 U-Tage, 30 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 21101004

Arbeitskreis

Geschichtswerkstatt

Dorfgeschichte Varrel
Schwerpunkt soll auch in diesem Semester der Abschluss des Themas „Flüchtlinge“ sein. Danach will man sich neuen Themen zuwenden, die sich aus der „Spurensuche“ ergeben haben.
Es ist keine Anmeldung erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04274 378

Varrel bei Sulingen, Küsterhaus
Dorothee Sudenn
Mo, 11.02.13, 20:00 Uhr
6 U-Tage, 15 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 11101004

„Das Wandelröschen“ - Die Brinkumer Geschichtswerkstatt

Brinkum war und ist ein Verkehrsknotenpunkt der Gemeinde Stuhr. Hier verliefen die Handelswege und aufgrund der geografischen Lage des Ortes im Dreiländereck (Kurfürstentum Hannover und Oldenburg und der Freien Hansestadt Bremen) war hier das Hauptzollamt für das Kurfürstentum Hannover vom 16. - 19. Jahrhundert angesiedelt. Die Brinkumer Geschichtswerkstatt möchte den historischen, sozialen und kulturellen Wandel des Ortes festhalten und dokumentieren. Zeitungsartikel, Archivmaterial, Bücher und Zeitzeugen des Ortes bilden die Grundlage. Interessierte Bürgerinnen und Bürger sind herzlich willkommen, aktiv an der Geschichtsschreibung und Identität ihres Heimatortes mitzuwirken.
Anmeldung nicht erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8092672

Stuhr-Brinkum, Kulturverein „Granatapfel“ e. V., Bremer Str. 28
Katja Schauland
Di, 05.02.13, 15:00 Uhr
17 U-Tage, 51 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03101011

Arbeitskreis

Arbeitskreis: Chroniken von Engeln, Oerdinghausen und Scholen

in Kooperation mit dem Heimatverein Engeln
Es werden alte Dokumente, Urkunden, Bilder von Gebäuden und Personen, Berichte aus Zeitungen und anderen Veröffentlichungen, Tagebücher, behördliche Schreiben usw. gesammelt. Dabei soll Kontakt aufgenommen werden zu weggezogenen Personen, bei denen alte Dokumente bzw. besondere Kenntnisse über die Geschichte der Ortsteile zu vermuten sind. Geplant ist eine fotografische Dokumentation von Gegenständen, die eine historische Bedeutung im Zusammenhang mit der Gemeinde haben.
Termine nach gemeinsamer Absprache.
Spez. Fragen z. Kurs: 04247 210

Engeln, Behlmer Mühle
Heiko Albers
Mi, 06.02.13, 20:00 Uhr
15 U-Tage, 45 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 04101002

Geschichtlicher Arbeitskreis Bruchhausen-Vilsen - die „Spurensucher“

Die weiteren Termine werden mit den Teilnehmenden gemeinsam festgelegt.
Neue Teilnehmer/-innen sind jederzeit willkommen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 9099830

Bruchhausen-Vilsen, Rathaus
Wilfried Müller
Mo, 04.02.13, 16:00 Uhr
12 U-Tage, 36 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 04101001

Exkursion

Diepholz mit offenen Augen Thematische Stadtführung

Das Diepholz des Adels
Schlossturm, Burggraben, Burgmannsweg und Grafensonntag: Wir stoßen oft auf das Diepholz des Adels früherer Zeit. Die Kenntnisse darüber sind aber oft unsicher, denn der Heimatkundeunterricht liegt bei den meisten weit zurück.
Wilfried Gerke führt aus der Hast des Alltags zum Schlosshof und um das Gebäude sowie zu den Burgmannshäusern in der benachbarten Umgebung. Da die Gebäude zum größten Teil aus der Neuzeit stammen, bedarf es einiger Fantasie, sich ins Mittelalter und in die früheste Neuzeit zurückzuversetzen.
Der Erkundungsgang ist besonders empfehlenswert für Leute, die als Neubürger oder auch „alte Diepholzer“ ihren Gästen mehr bieten wollen als einen Augen-Blick auf pittoreske Immobilien.
Treffpunkt: Durchgang zum Schlosshof.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 3494

Diepholz
Wilfried Gerke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 16:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 05111001

Arbeitskreis

Heimatgeschichtlicher Arbeitskreis Ströhen

Ströher Dorfleben damals und heute
In verschiedenen Arbeitskreisen des Heimat- und Kulturvereins „Ströher Dorfleben“ können interessierte Bürgerinnen und Bürger auf Spurensuche in die eigene Vergangenheit gehen. Erinnerungen und Erlebnisse der Vergangenheit werden zur Sprache gebracht und vertiefen damit Heimat- und Zusammengehörigkeitsgefühl.
Ergebnisse der Arbeitskreise werden in öffentlichen Veranstaltungen dargestellt.
Dieser Kursus findet 14-täglich statt.

Ströhen, Eulennest, Mindener Str. 199
Dozententeam / Heimat- und Kulturverein „Ströher Dorfleben“
Di, 05.02.13, 20:00 Uhr
8 U-Tage, 24 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 26100002

Arbeitskreis

Heimatgeschichtlicher Arbeitskreis Neubruchhausen

Spurensuche in Niedersachsen
Es werden Beiträge zur Geschichte Neubruchhausens und „umzu“ erarbeitet, wichtige Ergebnisse diskutiert und veröffentlicht. Der Arbeitskreis trifft sich an jedem 1. Donnerstag im Monat.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 509368

Neubruchhausen, Alte Oberförsterei
Klaus Bergann
Do, 07.03.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 02101001

Exkursion

Heiligenberger Panoramama-Runde

in Kooperation mit dem TourismusService der Samtgemeinde Br.-Vilsen
Mit spannenden Geschichten um die Historie vom Kloster Heiligenberg geht es bei dieser Rundwanderung durch die Wallanlage der frühmittelalterlichen Burg und zu den heiligen Quellen mit Abstechern zu alten Wassermühlen und Hügelgräbern.
Länge ca. 5 km
Treffpunkt: jeweils am Brunnen am Forsthaus. Anmeldung erforderlich unter 04252 930055. Die Kosten von 3,00 € sind vor Ort an die Gästeführung zu entrichten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 2117

Osterspaziergang Bruchhausen-Vilsen
Hans-Jürgen Wachholz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 31.03.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 04100013

Sonntagsspaziergang Bruchhausen-Vilsen
Hans-Jürgen Wachholz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 28.04.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 04100014

Bruchhausen-Vilsen
Hans-Jürgen Wachholz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 09.06.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 04100015

Vortrag

Auf den Spuren von David Heinrich Hoppe

Kommen Sie mit - 250 Jahre zurück - und lernen Sie David Heinrich Hoppe kennen! Die Nachbarstochter „Sophie“ alias Christiane Wimmer und die Kräuterfrau „Berta“ alias Christiane Mewes erinnern sich und erzählen das Leben des „kleinen“ David Heinrich Hoppe und nehmen Sie dabei mit auf eine Reise in die Vergangenheit.
Wir bitten um Anmeldung.
Treffpunkt: Brautstr.13
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 2470

Bruchhausen-Vilsen
Christiane Mewes / Christiane Wimmer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 21.04.13, 16:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 04100011

Vortrag

Von Bürgern und Würgern

Wir bitten um Anmeldung;
Treffpunkt: Kirchplatz St. Cyriakus-Kirche
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 582

Bruchhausen-Vilsen
Christiane Wimmer / Christiane Mewes
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 09.06.13, 16:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 04100012

Vortrag

Geschichte des Sports im Landkreis Diepholz von 1870 bis heute

in Kooperation mit dem Kreismuseum
Vortrag mit vielen Bildern

Syke, Kreismuseum
Dr. Ralf Vogeding
Info und Anmeldung: 04242 2527
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 30.03.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €, inkl. Kaffee und Butterkuchen
Kursnummer: 23111002

Exkursionen in Kooperation mit der Gästeführung Weyhe

mit Erika Christmann

Anmeldungen und weitere Infos bei Erika Christmann unter 0421 803232 oder unter h.e.christmann@t-online.de. Die Kosten von jeweils 3,00 € (ggf. Zusatzkosten) sind vor Ort an die Gästeführung zu entrichten. Wir bitten um Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn.

Die alte Schmiede in Kirchweyhe

Wir besuchen die historische Schmiedewerkstatt und lassen uns historische Arbeitsgeräte und Arbeitsweisen erklären.

Treffpunkt Lidl-Parkplatz an der Alten Hauptstraße
Fr, 15.03.2013, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 12111001

Die Weyhe-Tour - Mit dem Fahrrad auf dem Rundweg

Mit dem Fahrrad weihen wir offiziell den neu angelegten Weyhe-Rundweg ein und erkunden die Sehenswürdigkeiten unsere Gemeinde rechts und links des Weges.

Treffpunkt: Bahnhof Kirchweyhe
Sa, 13.04.2013, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 12111002

140 Jahre Kirchweyher Bahnhofsgeschichte

Wir erkunden unter der Führung des Fördervereins Dampflok den Bahnhof und das Bahnhofsgelände und erfahren viel über die wechselhafte Geschichte dieses ehemals sehr bedeutenden Bahnhofs.

Treffpunkt: Bahnhof Kirchweyhe
Sa 25.05.2013, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 12111003

Gartenträume in Weyhe

Mit dem Fahrrad erkunden wir drei Privatgärten und zwei Projektgärten und lassen uns über besondere Anpflanzungen, Gestaltungsideen und über Möglichkeiten des Naturschutzes informieren. Treffpunkt ist der Parkplatz in der Pestalozzistraße in Leeste.

Treffpunkt: Parkplatz Pestalozzistraße in Leeste
Sa, 08.06.2013, 12:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 12111004

Pack die Badehose ein! - Badekultur gestern und heute

Mit dem Fahrrad fahren wir von Böttchers Moor zum Lahauser Moor und zum Schwimmbad im Neddernfeld. Dabei erfahren wir von Wilfried Meyer, wie sich die Badestellen im Laufe der Geschichte verändert haben.

Treffpunkt: Rathaus, Rathausplatz 1
Sa, 22.06.2013, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 12111005

Der Kirchweyher Friedhof

Friedhöfe sind Orte der Erinnerung und der Stille. Sie sind aber auch begehbare Geschichtsbücher, wie wir an vielen Beispielen erfahren werden.

Treffpunkt: Friedhofskapelle, Kirchweyher Straße
Sa, 06.07.2013, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 12111006

Rechts und Linkes der Bahn - Lahausen im Wandel

Durch die Bahn getrennt, bietet Lahausen rechts und links der Bahn Interessantes zu entdecken. Wir erkunden den Ortsteil mit dem Fahrrad und besichtigen die neu errichtete Brücke.

Weyhe-Kirchweyhe, Marktplatz
Fr, 19.07.2013, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 12111007

Adel, Bauern, Handwerker - Alt-Sudweyhe

Wir erkunden Alt-Sudweyhe auf den Spuren alter Güter, freier Bauernhöfe und besichtigen den ältesten Handwerksbetrieb der Gemeinde Weyhe.

Treffpunkt: Wassermühle, Weyhe-Sudweyhe
Fr, 16.08.2013, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 12111008

Vortrag

Zwischen Feldarbeit und Badespaß

in Kooperation mit dem Kreismuseum
Vortrag zur Ausstellung „Zwischen Feldarbeit und Badespaß“. Das Leben der Kinder und Jugendlichen im Sommer zwischen Weser und Hunte von 1920 bis 1970.

Syke, Kreismuseum
Dr. Ralf Vogeding
Info und Anmeldung: 04242 2527
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 30.08.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €, inkl. Kaffee und Butterkuchen
Kursnummer: 23111003

Vortrag

Kultur-Rallye - Mit dem Fahrrad zu historischen Orten Ströhens

in Kooperation mit dem Heimat- und Kulturverein „Ströher Dorfleben“
Spez. Fragen z. Kurs: 05774 515

Ströhen, Dorfplatz
Petra Thiesing-Jöres
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 01.06.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., entgeltfrei
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 26115001

Exkursion

Mit der Ströher Moorbahn das Moor entdecken

Eine „Expedition“ ins Neustädter Moor
Das Neustädter Moor ist mit etwa 1600 ha eines von 15 Hochmooren im Naturraum Diepholzer Moorniederung. Die Ströher Moorbahn fährt Sie mit gemütlichen 6 km/h vom Moorbahn - Bahnhof etwa eine halbe Stunde zum gut drei Kilometer entfernten Moorpadd im Neustädter Moor und wieder zurück.
Der Moorpadd ist ein Moorlehr- und Erlebnispfad durch den mystischen hochmoortypischen Lebensraum mit seiner spezifischen Tier- und Pflanzenwelt.
Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Heimat- und Kulturverein „Ströher Dorfleben“ statt.

Exkursionen in Kooperation mit der Gästeführung Stuhr

Die Kosten von jeweils 2,00 € sind vor Ort an die Gästeführung zu entrichten. Wir bitten um Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn.

Mit dem Fahrrad durch`s Spargelland

Anmeldungen und weitere Infos zur Radtour erhalten Sie bei Ingrid Kavanagh, Tel. 0421 89899847.

Stuhr
Ingrid Kavanagh
Sa, 01.06.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 21101008

Harries Mühle in Moordeich

Von der Windmühle zum modernen Betrieb
An der nach der Mühle benannten „Haferflockenkreuzung“ liegt dieser 100 Jahre alte Familienbetrieb.
Die erste Windmühle in Moordeich wurde 1917 erbaut, ist dann aber kurze Zeit später abgebrannt. Die schnelle technologische Entwicklung und die Nachfrage der Produkte sind bis heute die Ausgangslage für diese Mühle, die nicht nur Haferflocken herstellt.
Anmeldungen und weitere Infos zu der Besichtigung erhalten Sie bei Bernhardt Schlottke, Tel. 04206 7760.

Stuhr-Moordeich, Harries-Mühle
Bernhardt Schlottke
Fr, 22.03.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 21114010

Werkzeugmuseum im Rahmen der „Hobeltour durch Stuhr“

Eine der interessanten Wanderungen der Stuhrer Gästeführung beginnt am Rathaus der Gemeinde Stuhr.
Die Gäste stehen im Innenhof des Rathauses vor einer riesigen Holzskulptur und erfahren etwas von den Objekten Stuhrer Kunststipendiaten am Beispiel eines hölzernen Objektes. Hier beginnt die „Hobeltour“ mit einem Kunstobjekt und seiner Deutung.
Im privaten Werkzeugmuseum finden die Gäste rund zwölftausend funktionsfähige Werkzeuge, die der Stuhrer Tischlermeister Dietrich Dittmar in einem alten Bauernhof zusammengetragen hat.
Er besitzt den größten Handhobel der Welt, mit dem Schiffsplanken geglättet wurden oder den kleinsten Hobel der Welt, der von einem Geigenbauer ist.
Vor dem Rückweg durch ein riesiges Tor aus Eichenstämmen gibt es eine gemütliche Abschlussrunde mit Familiengeschichten aus drei Jahrhunderten, die der 82 jährige Meister mündlich und schriftlich überliefert.
Anmeldungen und weitere Infos zur Führung erhalten Sie bei Alexandre Peruzzo, Tel. 04206 9462.
Treffpunkt: ZOB Brinkum

Stuhr, Rathaus, Blockener Str. 6
Alexandre Peruzzo
Fr, 26.04.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 21111001

Stationen in Stuhr - mehr als nur ein Bahnhof

Geschichtliche Rundreise mit dem Fahrrad zu den Bahnhöfen in Stuhr.
Von der Kleinbahn bis zur Straßenbahn. Die Infrastruktur einer Gemeinde rückt nicht nur heute in den Fokus. Die geschichtliche Entwicklung im letzten Jahrhundert trug dazu bei, dass es in Stuhr und anderen Ortsteilen nicht nur eine Bahnstrecke gab. Dazu entstanden Bahnhöfe, die heute noch erhalten sind, jedoch nicht mehr die Bedeutung haben, die ursprünglich mit dem Bau gegeben war.
Die Teilnehmer erfahren Interessantes aus der Geschichte dieser Bahnhöfe.
Anmeldungen und weitere Infos zur Radtour erhalten Sie bei Ingrid Kavanagh, Tel. 0421 89899847.

Stuhr-Heiligenrode, Bahnhof, Zur Malsch
Ingrid Kavanagh
Fr, 24.05.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 21101009

Spez. Fragen z. Kurs: 05444 1300

Ströhen, Moorbahn-Bahnhof
Manfred Kuhn / „Ströher Dorfleben“ Heimat- und Kulturverein
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 08.06.13, 13:30 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 5,00 € (Bahnfahrt Erwachsene)
Kursnummer: 26111002

Vortrag

Weyher Gewässer im Wandel der Zeiten

Der Hombach, Gänsebach, die Hache, die Sudweyher Beeke, der Süstedter Bach und die Ochtum prägen unsere Region. Alle münden schließlich in die Weser und haben eine wechselhafte Geschichte. Die Menschen veränderten ihre Verläufe immer wieder, nutzten ihre Wasserkraft und litten manchmal unter ihren Überschwemmungen. Außerdem gehören zahlreiche Seen und Schlatts (Reste der letzten Eiszeit) zum Landschaftsbild. Viele Gewässer verschwanden im Laufe der Zeit, nur alte Bilder erinnern daran. Wilfried Meyer öffnet für diesen Vortrag seinen Bilderfundus und erzählt die Geschichten dazu.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421-8984664

Weyhe-Sudweyhe, Wassermühle, Im Mühlengrunde 17
Wilfried Meyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 24.02.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 12111019

Exkursion

Raumfahrt-Führung

Bremen ist einer der bedeutendsten Raumfahrtstandorte in Europa.
Bei EADS Astrium entstand der europäische Beitrag zur Internationalen Raumstation ISS.
Im begehbaren 1:1 Modell des Weltraumlabors Columbus erhalten Sie Antworten auf die Fragen: Wie kommen Wasser und Lebensmittel zu den Astronauten? Wie schläft und forscht man bei Schwerelosigkeit? Werfen Sie auch einen Blick in die Produktion der Ariane-Raketen, die Satelliten in ihre Umlaufbahn bringen und in den Simulations- und Diagnoseraum, von dem aus Ingenieure in Kontakt mit der Internationalen Raumfahrstation stehen.
Sie werden an der Wachtstraße, nahe des

Marktplatzes, mit einem Bus abgeholt und fahren ca. 10 Minuten bis in die Airport Stadt zum EADS Gelände, wo die Themenführung stattfindet. Anschließend werden Sie wieder zu Ihrem Ausgangspunkt in die Innenstadt gefahren.
Personalausweis erforderlich!
Treffpunkt: 13:45 Uhr Wachtstraße, gegenüber Hilton Hotel
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 511344

Bremen
Eva Rogge
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 13.04.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 2 U-Std., 20,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 21111099

Vortrag

Betriebsbesichtigung Vilsa-Brunnen

Im Mai 2004 wurde das Besucherzentrum in Bruchhausen-Vilsen eröffnet. Während einer Betriebsbesichtigung erfahren Sie alles über Vilsa sowie über die Gewinnung, die Abfüllung und die Qualität des natürlichen Mineralwassers.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 4427

Bruchh.-Vilsen, Vilsa Brunnen
Gunda Manke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 17.04.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 04113001

Das westliche Niedersachsen

Gesprächskreis mit gesellschaftspolitischen Themen in Kooperation mit dem Stadtteilladen e. V. - Einführung für Neubürger/-innen und Interessierte.
Der Gesprächskreis trifft sich einmal im Monat. Weitere Termine nach Absprache.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 3935

Diepholz, Stadtteilladen, Moorstr. 6
Horst Wernecke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 25.02.13, 19:30 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 05101001

Exkursionen in Kooperation mit der Gästeführung Twistringen

mit Erika Christmann
Die Kosten von 3,00 € bzw. 4,00 € sind vor Ort an die Gästeführung zu entrichten. Wir bitten um Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn.

„Twistringen besucht Bassum“

Wir radeln nach Bassum und lassen uns von den Bassumer Gästeführern überraschen.
Treffpunkt Parkplatz hinter dem Rathaus.

Twistringen, Rathaus
So, 14.07.13, 13:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 4,00 €
Kursnummer: 24111006

Martin-Luther-Kirche und Friedhof

Spaziergang zur Martin-Luther-Kirche und Führung in und um die Kirche.
Treffpunkt Parkplatz hinter dem Rathaus.

Twistringen, Rathaus
So, 28.04.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 24111001

„Feucht, fröhlich und historisch“

Alte Gaststätten in Twistringen
Wir wollen ca. 1,5 - 2 Std. durch Twistringens Innenstadt gehen, Spiele spielen, einiges über die alten Gaststätten erfahren ... und natürlich etwas trinken. Kostenbeitrag: 4,00 € inkl. alkoholfreier Getränke während der Tour.
Treffpunkt Parkplatz hinter dem Rathaus.

Twistringen, Rathaus
So, 26.05.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 4,00 €
Kursnummer: 24111003

„Ausschwärmen zur Imkerei“

Radtour mit Besuch einer Imkerei und Möglichkeit zum Kaffee trinken mit „Bienenstich“.
Treffpunkt Parkplatz hinter dem Rathaus.

Twistringen
So, 02.06.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 24111004

Fachwerkbauten und Balkeninschriften in Twistringen

Radtour
Wir wollen die noch vorhandenen Fachwerkbauten und Balkeninschriften im Stadtgebiet ansehen.
Treffpunkt Parkplatz hinter dem Rathaus.

Twistringen, Rathaus
So, 18.08.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 24111007

Fahrrad-Garten-Tour

in Kooperation mit der Agendagruppe „Kultur und Freizeit“ und dem ADFC
Start: 11:00 und 12:00 Uhr, 13:00 Uhr und 13:30 Uhr.
Als Abschluss besteht die Möglichkeit zum Kaffeetrinken.
Treffpunkt Parkplatz hinter dem Rathaus.

Twistringen, Rathaus
So, 16.06.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 3,00 €
Kursnummer: 24111002

Ausbildung zum Freiwilligen Müller/zur Freiwilligen Müllerin

In Zusammenarbeit mit Kreisheimatbund, Kreismuseum und Heimatvereinen
Längst dienen die Mühlen nur noch äußerst selten ihrem ursprünglichen Zweck, meist der Heimatpflege und dem Fremdenverkehr. Dabei könnten sie, weil häufig noch voll funktionsfähig, auch jetzt noch Korn zu Mehl verarbeiten. Zusammen mit den Heimatvereinen, die eine voll funktionsfähige Mühle pflegen, erfahrenen Müllermeistern und anderen Fachleuten soll der Ausbildungskursus gestartet werden.
Materialkosten übernimmt die Mühlenvereinigung Niedersachsen-Bremen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 780146

Bruchhausen-Vilsen, Wassermühle, Bruchmühlen Nr. 2
Hans Hermann Bohlmann / Johann Hüneke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.03.13, 10:00 Uhr
24 U-Tage, 160 U-Std., 360,00 €
Kursnummer: 04111001

Exkursion

Druckhaus Weser-Kurier

Besichtigung
Während am Abend die neue Ausgabe des „Weser Kuriers“ gedruckt wird, erfahren die Teilnehmer/-innen bei einer Führung im Druckhaus interessante Informationen über die Herstellung der Zeitung.
Treffpunkt: Simon-Bolivar-Straße 51, 28197 Bremen-Woltmershausen
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 562311

Bremen, Weser-Kurier
Christa Hopfgarten
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 21:45 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,00 €
Kursnummer: 21111007

Exkursion

Englische Stadtführung in Bremen

Erleben und entdecken Sie die Besonderheiten Bremens bei einer Führung in der englischen Sprache. Eva Rogge beginnt an der 400 Jahre alten Rathausfassade mit den schmuckvollen Reliefs, Arkaden und Figuren. Anschließend geht es zum Bremer St. Petri Dom. In der Böttcherstraße vereinen sich traditionelle Backsteinarchitektur und Baukunst zu einem Gesamtkunstwerk. Entdecken Sie Bremens ältesten Stadtteil, das verwinkelte Schnoorviertel, mit seinen liebevoll restaurierten Häusern in engen Gassen.
Treffpunkt: Roland am Markt
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 511344

Bremen, Bremer Roland, Marktplatz
Eva Rogge
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 22.05.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 10,00 €
Kursnummer: 21111009

Exkursion

Guck an, ein Denkmal!...

Eine Stadtführung zu Bremer Denkmälern
Denkmalgeschütztes gibt es vieles in Bremen - aus ganz unterschiedlichen Kategorien und vor allem mit unterschiedlichem Bekanntheitsgrad. Da gibt es berühmte Baudenkmale, wie das Rathaus, das als Weltkulturerbe eingetragen ist. Aber wussten Sie, dass auch die Bürgerschaft den Titel Denkmal trägt? Auf unserem Weg durch die Altstadt begegnen wir einigen ‚außergewöhnlichen‘ Denkmalen: den Wallanlagen, die als Gartendenkmal unter Schutz stehen, der Schlachte, die als altes Hafenareal

Erzähl-Café

Kulturelles - Interkulturelles - Politisches - Menschliches

Veranstaltungsreihe in Kooperation mit dem Verein „Rund ums Syker Rathaus e. V.“

Café „Alte Posthalterei“, Waldstr. 3, Postscheune der alten Posthalterei

Vorgesehen sind

- Nachlese: die Februar-Veranstaltungen des Winter-Programms (siehe Flyer 2012-13)
- Vorträge und Gespräche von und mit Bürger/-innen aus Syke und umzu; Syker und „deutsch – deutsche Geschichte(n)“, z. B. „Ein Tunnelbauer erzählt ...“;
- Interkulturelle Abende: Menschen zwischen den Kulturen (z. T. mit Essen, Kostenbeitrag); u. a. geht es wieder um Afghanistan (afghanisch-deutscher Verein Bremen), Pakistan (Bildungs- und Fluthilfeprojekte), Berichte vom Balkan, etc.
- Internationaler Mittagstisch, jeden 2. Mittwoch im Monat, 12 bis 13:30 Uhr
- Philosophie-Café (zwei weitere Abende mit Birgit Tobaben, Achim), im Febr. und März
- Musik im Café-Garten: Duo Taxim (internationale Folklore), School House Seven (Dixiland) ggf. weitere…,
- Internationales Syker Sommerfest gemeinsam mit dem Integrationsbeirat der Stadt
- Gemeinsames Fastenbrechen (Iftar-Essen) auf Einladung Syker Muslime (Juli),
- Kunstausstellungen (wechselnd rund ums Jahr z. T. mit musikal. Begleitprogramm)

Das aktuelle Programm finden Sie im Faltblatt „Erzähl-Café“, das ab Februar im Café, in Gebäuden der VHS und der Stadt Syke ausliegt. Aktuelle Information auch unter www.cafe-syke.de.

Erzähl-Café: Mit dieser Veranstaltungsreihe möchten wir eine Begegnungskultur in Syke pflegen, die uns zusammenbringt und den gesellschaftlichen Dialog fördert. Migration, Heimat und Hoffnungen werden thematisiert, auch Beziehungen zu anderen Ländern, deren Kultur und Politik.

Wir möchten Mut machen, Nachbarschaften zu sehen und zu pflegen, auch über kulturelle und soziale Unterschiede hinweg. Interkulturelles aus persönlichem Erleben der Referenten und ihrer Gesprächspartner. In Syke leben Menschen aus über 80 Nationen .

„Syker Geschichten“ bringen Farbe, Besinnliches und Humoriges, Persönliches aus Sykes und aus neuerer Deutscher Geschichte – erlebt von Sykern – in Erinnerung.

Mit dem **„Philosophie-Café“** versuchen wir uns wieder – fachlich moderiert – als Philosphen/Philosophinnen im Alltag (Termine: Mittwochs, 19:00 Uhr, abweichend von Veranstaltungen der Reihe Erzähl-Café, die jeweils Donnerstags 19:30 Uhr stattfinden).

Kontakt: **Café Alte Posthalterei**, Waldstr. 3, 28857 Syke
Tel. 04242 6558090, mob. 0174 4514736
Café täglich geöffnet 14:00 - 18:00 Uhr

Zweck des Vereins **Rund ums Syker Rathaus e. V**.:
„… ist die Förderung von Bildung, Kultur sowie des Denkmalschutzes. Darüber hinaus fördert der Verein den politischen und kulturellen Dialog zwischen den ethnischen und sozialen Gruppen unserer Bevölkerung ...“ (aus der Satzung von 2010).

Die Veranstaltungen finden unter der pädagogischen Verantwortung der VHS statt und sind entgeltfrei, Spenden erwünscht.
Anmeldungen sind nicht erforderlich.
Alle Veranstaltungen werden in der Presse angekündigt.

Café
Alte Posthalterei

geschützt wird und kleinen Einzelteilen im Schnoorviertel, das als Ensemble eingetragen ist. Und dann ist da noch die Böttcherstraße, die unter seltsamen Umständen zum Denkmalstitel kam und ein unbequemes Denkmal aus der Zeit des Nationalsozialismus auf der Altmannshöhe.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 84599

Bremen, Bremer Roland, Marktplatz
Hanne Turner
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 16:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 8,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23111001

Arbeitskreis

Beinamen im Kirchspiel Twistringen

„Bi-Noamen in Twustern“
Der Arbeitskreis möchte die teilweise heute noch für viele Familien im Kirchspiel Twistringen geltenden zweiten Namen - auch als „Beinamen“ bekannt - soweit möglich zusammentragen. Ziel ist, die Ergebnisse zu veröffentlichen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 2416

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Hedwig Harms
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 17:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 24111005

Der Dümmer - Natur und Kultur

Der Dümmer ist nicht nur Wassersport- und Urlaubsparadies im Landkreis Diepholz, sondern auch ein Lebensraum für viele Tierarten. Die Leiterin des Dümmer-Museums und Dieter Tornau, der Kreisnaturschutzbeauftragte, stellen die Vielfalt dieses bedrohten Lebensraums vor.
Spez. Fragen z. Kurs: 05447 921925

Weyhe-Sudweyhe, Wassermühle, Im Mühlengrunde 17
Sabine Hacke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 10.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Kursnummer: 12101101

Vortrag

Barnstorf und die Bundeswehr

in Kooperation mit der Bibliothek
40 Jahre Bundeswehr in Barnstorf: eine bewegte Zeit, die den Ort geprägt hat. Das Kommen und Gehen der Bundeswehr, die Zeit dazwischen und auch die Zeit danach ist das Thema dieses Vortrags. Schwerpunkt ist natürlich die Hülsmeyer-Kaserne, benannt nach dem in Eydelstedt geborenen Radarerfinder Christian Hülsmeyer.
Die Kaserne war eine der modernsten im weiten Umkreis und wurde trotzdem am 23.12.2005 geschlossen. Weit vorausschauend hat die Samtgemeinde, durch die von ihr gegründete Planungs- und Entwicklungsgesellschaft Barnstorf (PEB), die Immobilie 2007 erworben und vermarktet. In den folgenden Jahren ist daraus der Hülsmeyer-Park geworden, ein Gewerbepark, in den viele Firmen ihre Betriebsstätte nach Barnstorf verlegt haben. Auch darüber soll berichtet werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 2238245

Barnstorf, Hotel Roshop, Am Markt 6
Erwin Stellmach
Di, 16.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 01101001

Familienchronik mit dem Genealogieprogramm PAF 5.2

in Kooperation mit der „MAUS“, Gesellschaft für Familienforschung Bremen e. V.
Mit Hilfe eines kostenlosen deutschen Programms für Familiengeschichte aus dem Internet lassen sich bequem Familienbögen, Ahnentafeln, Nachkommentafeln, Bilder und Texte zusammenstellen. Dazu werden Ordnungssysteme vorgestellt.
Welche genealogischen Quellen gibt es? Wie kann ich die Quellen und Orte eindeutig eingeben?
Wie kann ich meine Vorfahren an Datenbanken für Familienforschung schicken, um mit anderen Forschern Kontakt aufzunehmen?
Weitere Termine: 16.03., 06.04., 13.04.13.
Spez. Fragen z. Kurs: 04235 8444

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Klaus Dieter Fritzsch
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 10:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €, Leitfaden: 12,00 €
Kursnummer: 21101001

Lesen alter Schriften und Familienforschung

in Zusammenarbeit mit der Maus, Gesellschaft für Familienforschung Bremen e.V.
Durch praktische Übungen wird der Kurs Ihre Lesefähigkeit von alten Texten steigern.
Kirchenlatein, frühere Berufe, Titel, Krankheiten, verschollene Namen und Ausdrücke werden besprochen und die verschiedenen Quellen, wie Kirchenbücher, Zivilstandsregister, Bürgerbücher, Volkszählungen und Steuerlisten werden vorgestellt.
Die Alphabete des 17.- 19.Jahrhunderts werden geübt und alte Texte gemeinsam übersetzt. Genaue Quellenangaben und Interpretationen von genealogischen Texten werden erörtert. Ein Leitfaden (120 Seiten) zum Thema Alte Schriften, Genealogie und Internet wird für 12,-Euro angeboten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04235 8444

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Klaus Dieter Fritzsch
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 18.04.13, 18:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €,
Kleingruppe: 36,40 €
Kursnummer: 04101003

Vortrag

Spuren am Bauholz und Fachwerk

Dachstühle oder Fachwerkkonstruktionen weisen eine Vielzahl von Spuren auf. Sowohl bestimmte Transportwege hinterlassen Spuren, als auch die Werkzeuge des Holzarbeiters oder Zimmermanns.
Wie alt ist ein Gebäude? Neben Inschriften, aus denen die Namen der Erbauer hervorgehen, wurden fast alle Fachwerkgebäude auch mit den Erbauungsdaten versehen. Fehlen diese, gibt es eine Methode, das Fälljahr der Bäume zu ermitteln, aus denen die Bauhölzer gefertigt wurden. Wenn Fachwerk nachträglich verändert wird, hinterlässt das Spuren. Mit vielen Bildern nimmt der Hausforscher Heinz Riepshoff Sie mit auf eine Reise durch die Jahrhunderte und durch Gebäude unserer Heimat..
Wir bitten um Anmeldung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04231 3384

Bruchhausen-Vilsen, Die Scheune, Brautstr. 16
Heinz Riepshoff (IGB)
Mi, 17.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Kursnummer: 04100016

Deutschland, Europa und die Eine Welt

Bildungsurlaub

Hansestädte in der Altmark

von Tangermünde bis Seehausen
Tangermünde, Stendal, Havelberg, Werben, Osterburg und Seehausen sind einige Namen von Hansestädten in der Altmark. Von Werben, mit 1235 Einwohnern der wohl kleinsten Hansestadt der Welt, bis Stendal mit 45000 Einwohnern bietet diese Region ein weites Spektrum an ehemaligen Handelsorten der Hanse. Neben der theoretischen Erforschung der Besonderheiten dieser früheren Handelsplätze sind Unterrichte vor Ort geplant, die das erworbene Wissen praktisch untermauern. Die Beschäftigung mit der vielfältigen historischen Bausubstanz führt mit der Romanik noch in das 10. bis 13. Jahrhundert, also noch etwa zwei Jahrhunderte vor die Entstehung der Hanse. Viele Gebäude aus dieser Epoche säumen die nördliche Route der Straße der Romanik, die über Salzwedel, Arendsee, Havelberg, Sandau und Schönhausen, der Geburtsstadt Otto von Bismarcks, durch die Altmark führt.

Tangermünde, Hotel Stars Inn
Christine Lehmann
Anmeldung bis 04.03.2013
Mo., 22. - Fr., 26.04.13
298,00 €, inkl. Ü/F im DZ; EZ-Zuschlag 72,00 €; zzgl. Kosten für Fahrten und Eintritte. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00102030

Bildungsurlaub

Hiddensee - Eiland im Nationalpark Vorpommersche Boddenküste

Auf der malerischen Insel Hiddensee liegen die Konfliktpunkte zwischen einer einmaligen Natur- und (Massen-)Tourismus dicht beieinander. Die Insel Hiddensee ist auch bekannt durch ihre Künstler (z. B.Gerhart Hauptmann), dieVielfalt der malerischen Küsten- und Naturlandschaften sowie durch ihre Vogel- und Pflanzenvielfalt.
Hiddensee liegt im Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft und ist die einzige bewohnte autofreie Insel an der deutschen Ostseeküste.
In diesem Kleinod kann man die gegenseitigen Auswirkungen von Mensch und Natur studieren. Die 1900 Einwohner der Insel leben mit der Natur, sie wissen, dass die Landschaft ihr größtes Kapital ist. Stürme und Hochwasser verändern die Küsten der Insel.
In dieser Woche soll die Artenvielfalt und der Landschaftsaufbau der Insel, die Gefährdung durch Mensch und Natur dargestellt und der Frage nachgegangen werden, ob es möglich ist, ökologische Ziele und wirtschaftliche Interessen miteinander zu verbinden.
Außerdem ist eine Exkursion auf die Insel Rügen in den Nationalpark Jasmund und nach Prora (ehemaliges KDF-Objekt) geplant.

Hiddensee
Dirk Vegelahn
Info und Anmeldung: 04242 976-1921
Anmeldung bis 08.03.2012
So., 26. - Fr., 31.05.13
450,00 €, inkl. Ü/F. im DZ, EZ-Zuschlag: 125,00 €; inkl. Zusatzkosten für Exkursionen, Fahrräder und Eintritte. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00115012

Bildungsurlaub

Friedrich der Große in Potsdam

Geschichte und Zukunft einer traditionsreichen Region
Ausführliche Informationen auf Anfrage oder im Internet unter www.vhs-diepholz.de

Potsdam, Hotel „Altstadt Potsdam“
Rolf Becker
Info und Anmeldung: 04242 976-1921
Anmeldung bis 01.07.2013
Mo., 09. - Fr., 13.09.13
398,00 €, inkl. Ü/HP im DZ, EZ-Zuschlag: 100,00 €, Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: T00102033

Bildungsurlaub

Mythos Bayern - warum ist Bayern anders?

Eine sozial-historische Spurensuche nach dem spezifisch Bayerischen
Ausführliche Informationen auf Anfrage oder im Internet unter www.vhs-diepholz.de

Leoni/Starnberger See, Haus Buchenried
Reinhard Falter
Info und Anmeldung: 04242 976-1921
Anmeldung bis 12.08.2013
Mo., 23. - Fr., 27.09.13
400,00 €, inkl. Ü/VP im EZ, im DZ 360,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: T00102070

Bildungsurlaub

Entdeckungen im Deutschen Museum

Technik und Gesellschaft in Zukunft und Vergangenheit
Ausführliche Informationen auf Anfrage oder im Internet unter www.vhs-diepholz.de

München, Deutsches Museum
Reinald Schröder
Info und Anmeldung: 04242 976-1921
Anmeldung bis 31.05.2013
So., 06. - Fr., 11.10.13
295,00 €, inkl. Ü/F im DZ, EZ-Zuschlag: 35,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: T00102030

Bildungsurlaub

Begegnungen in einer Grenzregion: Usedom und Umgebung

Ausführliche Informationen auf Anfrage oder im Internet unter www.vhs-diepholz.de

Usedom, Seebad Heringsdorf
Dirk Vegelahn
Info und Anmeldung: 04242 976-1921
Anmeldung bis 19.08.2013
So., 20. - Fr., 25.10.13, 18:00 Uhr
450,00 €, inkl. Ü/HP. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: T001020017

Bildungsurlaub

Berlin, die deutsche Hauptstadt in Europa

Ausführliche Informationen auf Anfrage oder im Internet unter www.vhs-diepholz.de

Berlin, Europäische Akademie, Bismarckallee 46 - 48
Heinrich Warneke
Info und Anmeldung: 04242 976-1921
Anmeldung bis 10.10.13
Mo, 09.12. - Sa, 14.12.2013
396,00 €, inkl. Ü/HP im DZ; EZ 80,00 €; inkl. ÖPNV in Berlin und Eintrittsgelder.
Kursnummer: T00103001

Vortragsreihe

Auf dem Weg nach Europa

Diese Reihe möchte einen Einblick in die Lebensart der Menschen verschiedener Gebiete Europas und angrenzender Staaten vermitteln, über das Verständnis zu einem Zusammenwachsen Europas und seiner Nachbarn beitragen.
Spez. Fragen zu den Veranstaltungen: 04245 700 - Rainer Degen

- **Zu Besuch in Insterburg**
  Referent: Pastor Manfred Buchwitz
  Scholen, Gaststätte Brand
  Do, 24.01.13, 20:00 Uhr
  Kursnummer: 16102003

- **Von Finnland nach Russland - Wege durch Karelien**
  Referenten: Gaby und Jürgen Rose
  Scholen, Gaststätte Brand
  Do, 28.02.13, 20:00 Uhr
  Kursnummer: 16102004

- **Diepholzer Moorniederung - Schäferei**
  Referent: Jan Teerling
  Scholen, Gaststätte Brand
  Do, 04.04.13, 20:00 Uhr
  Kursnummer: 16102005

- **Landwirtschaftliche Betriebe um Leipzig**
  Referent: Wilhelm Christian Oetker
  Scholen, Gaststätte Brand
  Do, 25.04.13, 20:00 Uhr
  Kursnummer: 16102002

Tagesseminar

Ostmitteleuropa und der europäische Südosten

Im europäischen System des 19. Jahrhunderts war die östliche Hälfte des Kontinents von den Großstaaten Preußen, Österreich, Russland und dem Osmanischen Reich beherrscht. Vor diese Zeit gab es hier seit dem Mittelalter einen Staatengürtel - darunter Polen und Ungarn -, der nach beiden Weltkriegen 1914/18und 1939/45 zu Lasten der Großstaaten in anderer Gestalt neu entstand. Diese Änderungen haben zu vielen Konflikten geführt, deren Auswirkungen in Europa wir diskutieren wollen.
Es entsteht ein Kostenbeitrag für Verpflegung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 2978

Harpstedt, Hotel „Zur Wasserburg“
Helmut Kastens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 23101011

Tagesseminar

Das Baltikum - Nachbar Deutschlands an der Ostsee

Mehrere Jahrzehnte nacheinander verloren die Balten in Litauen, Lettland und Estland an Russland, Schweden, Polen oder Deutschland ihre Unabhängigkeit. Zweimal haben die zu freien Republiken aufgestiegenen Länder Europas in den Zeiten nach den beiden furchtbaren Weltkriegen ihre Freiheit erkämpft. Ihre langen erzwungenen Bindungen wurden überwunden und in allen drei baltischen Staaten entstanden freiheitliche Demokratien. Die Geschichte des Baltikums ist inzwischen ein Teil der europäischen Historie geworden. Wir werden den Weg der Vergangenheit und der Politik der Gegenwart im Verhältnis zu Deutschland nachgehen und sie diskutieren.
Es entsteht ein Kostenbeitrag für Verpflegung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 2978

Harpstedt, Hotel „Zur Wasserburg“
Helmut Kastens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.03.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 23101012

Tagesseminar

Die Türkei zwischen Europa und dem Islamismus

Dass in der Türkei ein neuer religiöser Fundamentalismus Fuß fassen konnte, hat ihre Ursache nich allein an der Willensbekundung der türkischen Regierung. Auch das Desinteresse Europas an dem Land, dass die Südflanke der NATO bildet, hat dazu beigetragen, dass sich in der türkischen Republik eine Art Großmacht-Bestreben gebildet hat, dass ständig Zulauf hat und im Nahen Osten zu neuen Konfliktvorgängen führen kann. In Gruppen der „Türken in Deutschland“ unterstützt mindestens ein Drittel die Bemühungen ihren Regierungschef. Wir wollen diese Situation diskutieren und nach Lösungen suchen.
Es entsteht ein Kostenbeitrag für Verpflegung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 2978

Harpstedt, Hotel „Zur Wasserburg“
Helmut Kastens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 16.04.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 23101013

EUROPA STÄRKEN
Mitglied werden !
Werden auch Sie Mitglied in der überparteilichen EUROPA-Union Deutschland. Sie wurde am 9. Dez. 1946 in Syke gegründet und stellt heute die deutsche Sektion der Union Europäischer Föderalisten (UEF).
Weitere Infos: www.eu-kreisverband-diepholz.de
Tel. 04242 936115
E-Mail: vorstand@eu-kreisverband-diepholz.de
EUROPA-UNION DEUTSCHLAND

Andere Länder - Kulturen, Geschichte

Vortrag

Massada, Tamar und Qumram - das antike Israel

Die antiken Festungen und Städte im Süden Israels sind weltberühmt und für Archäologen von unschätzbarem Wert. Durch die große Trockenheit dieses Gebietes wurden bei Ausgrabungen nicht nur antike Mauern und ganze Festungen gefunden, sondern auch Schriftrollen oder noch keimfähige 2000 Jahre alte Dattelkerne. Begleiten Sie uns auf den Spuren der berühmtesten Ausgrabungen des frühen Israels. Sehen Sie Orte wie Tamar, Qumram, Massada und den alten Tempel Jerusalems in einem neuen Licht.

Weyhe-Leeste, Alte Wache, Saal
Gerhard Elbert
Fr, 15.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 12110002

Dia-Vortrag

Mit dem Fahrrad von Vancouver nach Kanada

Eine digitale Film- und Diashow
5.000 km per Fahrrad von Vancouver nach Alaska - digitale Film und Diashow von Reinhard Pantke In atemberaubenden Bildern zeigt der Braunschweiger Globetrotter und Reisejournalist Bilder und Filme durch einige der spektakulärsten Landschaften Nordamerikas. Über 3,5 Monate war Reinhard Pantke im Jahr 2012 unterwegs. Fast 5.000 km radelte der Globetrotter und Buchautor aus dem Süden Kanadas durch die spektakulären Rocky Mountains hinauf in die unglaublichen Weiten des Yukon Terriories und Alaska. Lassen Sie sich in den Bann ziehen von Begegnungen mit Grizzlybären, Adlern, ziehenden Walen und Begegungen mit Goldgräbern und Indianern.
Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Bibliothek Stuhr-Brinkum statt. Wir bitten um Anmeldung.

Stuhr, Rathaus, Blockener Str. 6
Reinhard Pantke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.03.13, 20:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 03110001

Vortrag

Andalusien - zwischen Abend- und Morgenland

in Kooperation mit der Bibliothek
Andalusien - das ist das Land des temperamentvollen Flamencos, des Stierkampfes und der leuchtend-weißen Würfelhausdörfer inmitten einer imposanten Berglandschaft. Das ist auch eine Region, die geprägt ist durch maurische Moscheen, Festungsanlagen und märchenhafte Traumpaläste, prachtvolle christliche Kathedralen, blumengeschmückte Innenhöfe und enge Altstadtgassen. Das geschichts- und kulturträchtige Gebiet im Süden Spaniens ist landschaftlich voller Kontraste. Auch in zivilisatorischer, religiöser und künstlerischer Hinsicht ist Andalusien durch faszinierende Gegensätze geprägt, denn nirgendwo sonst in Europa begegneten sich christliche und islamische Traditionen so intensiv wie hier.

Barnstorf, Bibliothek, Am Markt 4
Klaus Kirmis
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 29.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 10,00 €, mit landestypischem Imbiss
Kursnummer: 01110001

Dia-Vortrag

Golf von Neapel/Kampanien

Ein länder- und kulturgeschichtlicher Bilder-Vortrag
„Kampanien“ - so heißt die Region, die am Tyrrhenischen Meer zwischen Latium und Basilicata liegt.
Die Naturschönheiten und die Zeugnisse der antiken Kulturen dieser süditalienischen Regionam Fuße des Vesuv verzaubern bis heute. Die antiken Stätten von Paestum, Pompeji und Herkulaneum vermitteln immer noch einen anschaulich-lebendigen Einblick von Leben und Kunst der Griechen und Römer.
Die Halbinsel von Amalfi, eine der schönsten Küsten des Mittelmeeres mit traumhaften Panoramastraße entlang der Felsküste und üppigster Vegetation, begeistert mit den Städten Positano und Amalfi. Herrliche verträumte Landschaften charakterisieren die Insel Capri, der Inbegriff von „La Bella Italia“ schlechthin. Vorgestellt wird auch das quirlige Neapel, die Hauptstadt Kampaniens am Fuße des Vesuv, in all seiner faszinierenden Widersprüchlichkeit.
Als lukullischer Gaumenkitzel wird ein Imbiss angeboten, daher Anmeldung erforderlich.

Stuhr-Brinkum, Bibliothek, Lesecafé, Jupiterstr. 1
Klaus Kirmis
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 03.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 15,00 €
Kursnummer: 03110002

Dia-Vortrag

Baltikum

Länderkundlicher und kulturgeschichtlicher Bilder-Vortrag
Faszinierende Landschaften und geschichtsträchtige Kunststädte, Burgen und Schlösser entlang der Bernsteinküste in Litauen, Lettland und Estland.
Litauen, das Land der Flüsse und Seen, begeistert vor allem durch seine vielfältige Folklore. Lettland bietet neben eleganten Strandbädern auch schöne Nationalparks, wie z. B. den Nationalpark Gauja. Estlands Küste ist stark zergliedert und zeichnet sich durch malerische Sandstrände, Buchten, Halbinseln und Kaps aus.
Erleben Sie außerdem während dieses Vortrags auf den Spuren der Wikinger, Hanseaten und Deutschordensritter die bedeutendsten Kunststädte des Baltikums!

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Klaus Kirmis
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 8,00 €, inklusive Pausengetränke. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05110002

Vortrag

Barcelona, Antoni Gaudi und das unbekannte Katalonien

Natur und Kultur - auf den Spuren von Antoni Gaudi und Salvador Dali
Ein Bilder-Streifzug durch Spaniens „heimliche Hauptstadt“ - Architektur und Weltkulturerbe vom Mittelalter bis zum katalanischen Modernisme des genialen Künstler-Architekten Antoni Gaudi: Casa Mila, die „versteinerte Welle“ mit den geschwungenen Außenmauern, der Parc Güell mit seinen funkelnden Mosaiken und die Sagrada Familia, Gaudis „Unvollendete“, die zum Wahrzeichen Barcelonas

wurde. Ausflüge nach Katalonien, in das unbekannte Hinterland, das Salvador Dalì mit seiner Kunst geprägt hat. Ein Blick in das Dali-Museum in Figueres, einem der meistbesuchten Museen Europas.

Bruchhausen-Vilsen, Die Scheune, Brautstr. 16
Sabine Lorenz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 04110002

Vortrag

Algarve - Lissabon - Porto

Die Reise führt zu den sonnigen, aber auch malerischen und kilometerlagen Stränden, den interessanten Orten wie Lagos und Sagres. Weiter führt der Weg nach Lissabon, der geschichtsträchtigen Hauptstadt Portugals. Viele Bauwerke zeugen von dem einstigen Reichtum Portugals als Kolonialmacht. Auf dem Weg nach Porto besuchen wir noch die traditionsreiche Universitätsstadt Coimbra. Portos historischer Stadtkern zwischen Fluss und Kathedrale, Weltkulturerbe seit 1996, ist eindrucksvoll. Ein Muss sind die Führungen durch eine der 50 Portweinkellereien oder eine Fahrt auf dem Douro.
Anmeldung erforderlich

Bassum, Schulzentrum Am Petermoor, Neubau
Gerhard Riecke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 26.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 9,00 € inkl. ein Glas Portwein
Kursnummer: 02110019

Vortrag

Die Donau-Metropolen - eine Bilderreise nach Wien, Bratislava und Budapest

Die Reise führt nach Wien, der Stadt, die durch kaiserlichen Prunk beeindruckt und mit bedeutsamen Sehenswürdigkeiten, wie der Hofburg, Schloss Schönbrunn und herrlichen Jugendstilbauten beeindrucken kann. Nicht zu vergessen die Kaffeehauskultur und die Sachertorte. Bratislava steht im Schatten von Wien und Budapest. Das historische Zentrum bietet jedoch eine Fülle kultureller Schätze auf engem Raum. Charakteristisch sind interessante Sakralbauten und prächtige Barock- und Rokokopalais. Budapest besticht durch die traumhafte Lage an beiden Seiten der Donau. Buda mit dem Burgberg, idyllischen Gassen und der Fischerbastei, Pest mit dem berühmten Parlamentsgebäude und den Pracht- und Einkaufsstraßen.

Weyhe-Leeste, Alte Wache, Saal
Gerhard Riecke
Do, 04.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 12110007

Vortrag

Madrid/Kastilien

Länder- und kulturgeschichtlicher Bildervortrag
Die rauhe und endlos erscheinende kastilische Hochebene, das „Land der Burgen“, gehört zu den bedeutendsten Kulturlandschaften Europas:Hier bekämpften und beeinflussten sich im Mittelalter islamisches, jüdisches und christliches Gedankengut und zur Renaissancezeit entfaltete sich an den kastilischen niversitäten eine Blüte des humanistischen Gelehrtentums. Mit Madrid entstand inmitten der Hochebene eine der wichtigsten europäischen Kunst- und Museumsmetropolen. Erleben die während dieser Bilder-Reise die Geschichte, Kultur und Museen in den schönsten und interessantesten Städten Zentralspaniens!
Mit landestypischem Imbiss!

Syke, Stadtbibliothek, Foyer, Hinrich-Hanno-Platz 1
Klaus Kirmis
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 15,00 €, inkl. Imbiss
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 00110014

Vortrag

Normandie

Länder- und kulturgeschichtlicher Bildervortrag
Im Norden unseres westlichen Nachbarn erstreckt sich zwischen Ärmelkanal und Zentralfrankreich die Käse- und Apfelregion der Normandie. Sattgrüne, von Bächen durchzogene hügelige Wiesen, abwechslungsreiche Küstenstriche mit endlosen Sandstränden, zerklüfteten Kreideklippen und mondänen Badeorten bestimmen dort das Landschaftbild.
Diese Region gehört zu den fruchtbarsten Kunstlandschaften Frankreichs: Die altehrwürdigen Abteien von Jumièges und Caen, der monumentale Wandteppich von Bayeux und die großartige gotische Kathedrale in Rouen zählen zu den Sternstunden der französischen Kunstgeschichte.
Mit landestypischem Imbiss.

Syke, Stadtbibliothek, Foyer, Hinrich-Hanno-Platz 1
Klaus Kirmis
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 17.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 15,00 €, inkl. Imbiss
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 00110015

Weitere Vorträge

finden Sie auf unseren Schwerpunktseiten ab Seite 14.

Studienreisen

Werner Klein
Tel. 05441 5195
Fax 05441 5780
werner.klein5195@web.de

Studienreisen mit Werner Klein. Entgelte jeweils auf Anfrage. Beachten Sie, dass bei Studienreisen die Rücktrittsbedingungen der Reiseveranstalter maßgeblich sind, die VHS tritt nur als Vermittlerin auf. Bitte fordern Sie unsere Sonderprospekte an.

Anmeldung und Informationen über:
ReiseKunst
Große Gildewart 27, 49074 Osnabrück

Telefon 05 41 / 2 55 61
Telefax 05 41 / 2 55 91
info@reise-kunst.de
www.reise-kunst.de unter Tel. 0541 25561.

Madeira

Landschaften und Pflanzenwelten auf der Blumeninsel im Atlantik
8-tägige Flug- und Busreise mit Standquartier bei Funchal, in Kooperation mit Reisekunst.
Garten- und Botanikreise zum schwimmenden Garten im Atlantik mit dem Schwerpunkt Pflanzenwelt Madeiras; kleinere Wanderungen und botanische Exkursionen mit Besuch von zauberhaften Gärten und prächtigen Landsitzen; Besichtigung des Hauptortes Funchal.

Madeira
Klaus Kirmis
Sa, 16.03.13
1195,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00110010

Sizilien

Griechische Tempel, normannische Dome und barocke Städte auf der größten Mittelmeerinsel
8tägige Flug- und Busreise
Länder- und Kulturreise zu griechischen Tempeln und Theatern, römischen Villen und Mosaiken, arabisch-normannischen Domen und barocken Städten und Kirchen; Ätna-Rundfahrt und Besichtigungen in Taormina, Syrakus, Catania, Agrigent, Segesta, Selinunt, Palermo und Cefalú
In Kooperation mit Reisekunst. Frühjahr 2013

Sizilien
Werner Klein
Fr, 03.05.13
Kursnummer: 00110001

Nordpolen/Masuren

Unberührte Landschaften, prächtige Backstein-Kathedralen und mächtige Ordensburgen zwischen Danzig und dem „Land der tausend Seen
Kunstreise in den Danziger Raum, zum Frischen Haff und nach Masuren, das Land der dunklen Wälder und kristallnen Seen; Besichtigungen von Ordensburgen, Kirchen und prächtigen Bürgerhäusern in Danzig, Marienburg, Frauenburg, Allenstein, Nikolaiken und Heilige Linde. 8-tägige Busreise.

Masuren
Klaus Kirmis
Mi, 15.05.13
995,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00110004

Island - Spezial

Eine Reise der Kontraste: Sie erleben die pulsierende Metropole Islands, Reykjavik, wo nahezu 2/3 der isländischen Bevölkerung wohnen. Es macht einfach Spaß, die Isländer am Abend in einem Singing Pub zu treffen oder einem der unzähligen Szenetreffs der Hauptstadt. Aber schon wenige Kilometer außerhalb der Stadt glaubt man in einem anderen Land zu sein. Grüne, saftige Wiesen, auf denen sich Islandpferde tollen, wechseln sich ab mit tosenden Wasserfällen und gewaltigen Gletschern.
Unterkunft: Center Hotel Plaza, gutes Mittelklassehotel im Herzen Reykjaviks.
Ein ausführliches Programm erhalten Sie über die VHS. Die Reise findet in Kooperation von Wikinger Reisen statt. Eine Info-Veranstaltung wird rechtzeitig vor Reisebeginn in Syke stattfinden.
Flugreise von/bis Hamburg

Island
Werner Klein
Sa, 25.05. - 01.06.2013
Kursnummer: 00110002

Süddeutschland/Tessin

Unterwegs auf den Spuren von Hermann Hesse in Süddeutschland und im Tessin
8-tägige Busreise in Kooperation mit Reisekunst.
Literatur- und Kulturreise zu wichtigen Lebensstationen und literarischen Schauplätzen von Hermann Hesse nach Calw, Hirsau, Maulbronn Gaienhofen am Bodensee, Basel, Bern und Montagnola im Tessin; Ausflüge zum Comer See und Lago Maggiore mit Besuchen von wunderschönen Städten und paradiesischen Gartenschöpfungen.

Süddeutschland/Tessin
Klaus Kirmis
So, 09.06.13
1045,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00110009

Budapest

Geschichte, Kunst und Musik in der Kulturmetropole an der Donau
6-tägige Flug- und Busreise mit Standquartier im Zentrum von Budapest, in Kooperation mit Reisekunst
Städte- und Kulturreise in die ungarische Hauptstadt mit Entdeckungsspaziergängen auf den Spuren der Gotik, des Barock sowie des Jugendstils; Besuch von bedeutenden Kunstmuseen; Gelegenheit zum Besuch von Kultur- und Musikveranstaltungen; Ausflug ins Donauknie nach Esztergom, Visegrád und Szentendre.
Teilnahmeentgelt im Sonderprospekt.

Budapest
Klaus Kirmis
Sa, 06.07.13
Kursnummer: 00110005

Blauer Reiter/Murnau/München

Jugendstil, Blauer Reiter und Kunstmuseen zwischen München und Voralpen
6-tägige Busreise mit Standquartier in Kooperation mit Reisekunst.
Kunstreise in das landschaftlich reizvolle Gebiet der Voralpen mit Besichtigungen auf den Spuren der expressionstischen Künstlergruppe Der Blaue Reiter; Kunstspaziergänge in Murnau; Ausflug nach Bernried am Starnberger See zum Buchheim-Museum; Themenführungen zur Malerei der Jahrhundertwende in den bedeutendsten Kunstmuseen in der Isar-Metropole München.

München
Klaus Kirmis
Di, 23.07.13
765,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00110008

Sardinien

Vorgeschichte, Antike und Barock auf der Insel der unberührten Natur
8-tägige Flug- und Busreise mit zwei Standquartieren, in Kooperation mit Reisekunst.
Länder- und Kulturreise auf die zweitgrößte Mittelmeerinsel zu rätselhaften prähistorischen Steintürmen, römischen Ruinenstädten, urwüchsigen romanischen Kirchen und prachtvollen Barockbauten mit Besichtigungen in der Hauptstadt Cagliari und in Pula, Alghero und Olbia
Teilnahmeentgelt im Sonderprospekt

Sardinien
Norbert Spelle
Sa, 14.09.13
Kursnummer: T00110007

Florenz - Villen und Gärten der Medici

Kostbarkeiten der Künste in der toskanischen Arno-Metropole und die Villen und Gärten der Medici
8-tägige Flugreise mit Standquartier in Montecatini Terme in Kooperation mit Reisekunst.
Kunst- und Gartenreise nach Florenz zu den bedeutendsten Kunstschätzen in den wichtigsten Kirchen, Stadtpalästen und Museen; Ausflüge in die nähe Umgebung im Arno-Tal zu den schönsten Villen- und Gartenschöpfungen der berühmten Medici-Familie; Gelegenheit zum Besuch der weltberühmten Uffizien. Teilnahmeentgelt im Sonderprospekt.

Florenz
Werner Klein
Sa, 14.09.13
Kursnummer: T00110003

Landschaften und Kulturen im Land der Römer,Troubadoure und Maler des Lichts

Vincent van Gogh und Paul Cézanne
8-tägige Flugreise mit Standquartier, in Kooperation mit Reisekunst.
Länder- und Kulturreise zu römischen Stätten, romanischen Kirchen und Papstpalästen in Arles, Avignon, Nîmes, St. Remy und Gordes; Ausflüge in die Camargue, zu den Ockerfelsen von Roussillon und Spaziergänge auf den Spuren von Vincent van Gogh; Besuch des Cézanne-Ateliers in Aix-en-Provence und Ausflug zum Montagne Sainte-Victoire
Teilnahmeentgelt im Sonderprospekt

Provence
Klaus Kirmis
Do, 03.10.13
Kursnummer:T 00110006

Ostpreußenreise 2013

in Kooperation mit der Kreisgemeinschaft Wehlau e. V. und dem BdV Kreisverband Syke e. V.
Studienreise nach Masuren und ins nördliche Ostpreußen, dem heute russischen Königsberger Gebiet, mit Informationen zu Baudenkmählern, Kultur, Geschichte und dem Alltagsleben in Polen und Russland.
Abfahrt in Bassum um 6:30 Uhr, in Syke 6:45 Uhr, in Hamburg Hbf (ZOB) 9:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 5586

Königsberg
Gerd Gohlke
Anmeldung bis 15.04.2013
Sa, 29.06.13
7 U-Tage, 998,00 €, EZ-Zuschlag (Hotel) 246,00 €, Zuschlag Einzelkabine auf Fähre 98,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00101001

Technik, Naturwissenschaften

Vortrag

„Rund um die Erde“

Themenabend Geologie
Unsere Erde und einige ihrer wissenschaftlichen Theorien werden hier vorgestellt. Dabei geht es um Themen wie: der Kreislauf der Gesteine, Fossilien und Evolution, Erdgeschichte und das Klima der Vorzeit, z.B. Vereisungen, sowie Plattentektonik. Der breite Themenfächer der Geologie wird mit vielen Beispielen aus Nah und Fern - quasi „rund um die Erde“ - vorgestellt und erläutert. Der Vortrag richtet sich vor allem an Anfänger und interessierte Laien sowie Fortgeschrittene. Gleichzeitig stellt der Vortrag den Auftakt dar zu einer Reihe von Folgevorträgen und -seminaren, in denen anhand vieler Fundstücke die Theorien begreifbar vermittelt werden sollen.
Spez. Fragen z. Kurs: 05442 805811

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Adrian Popp
Mi, 06.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 00110011

Vortrag

Fossilien und Evolution - Einführung Paläontologie

Fossilien und die Evolutionstheorie sind eng miteinander verknüpft. Was können wir selbst an Fossilfundstücken über die Formenvielfalt der Vergangenheit aus den steinernen Dokumenten herauslesen? Aus der langen Geschichte des Lebens soll hier über Einzelfunde auch das kontrovers diskutierte Thema Evolutionstheorie anschaulich vermittelt werden. Beispiele aus der Erdgeschichte Mittel- und Nordeuropas runden das Thema ab. Das Seminar richtet sich vor allem an Anfänger und interessierte Laien sowie Fortgeschrittene. Spez. Fragen z. Kurs: 05442 805811

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Adrian Popp
Mi, 20.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Kursnummer: 00110012

Diepholzer Kolloquium

Das „Diepholzer Kolloquium“ ist auf eine Initiative von Prof. Peter Junglas von der Privaten Fachhochschule für Wirtschaft und Technik Vechta/Diepholz (FHWT) zurückzuführen. In der von ihm gesuchten Kooperation mit der Buchhandlung Schöttler und der VHS ist eine Vortragsreihe entstanden, die sich zum Ziel gesetzt hat, aktuelle Wissenschaftsthemen spannnend zu erklären. Dabei wird ein breites Spektrum angestrebt, wie die unten angebotenen Vorträge zeigen. Einen Prospekt über die Vortragsreihe können Sie über die VHS erhalten.

Die Vorträge sind entgeltfrei und finden mittwochs um 20:00 Uhr in den Räumen der Privaten Fachhochschule, Schulzentrum Schlesierstr. 13 a - Eingang vor der Sporthalle in Diepholz statt. Sie können uns natürlich auch im Internet erreichen: www.peter-junglas.de/dh-kolloqu/

CO_2 - Versenkung - Chancen und Risiken

Das im Rauchgas eines Kraftwerks befindliche Kohlendioxid (CO2) kann herausgefiltert und mithilfe von Bohrungen in flüssiger Form verpresst werden. Dies kann in alte Öl- oder Gas-Lagerstätten erfolgen oder auch in sonstige, tiefliegende Speichergesteine. Die Langzeitstabilität der einbringenden Bohrungen und der Transport des CO2 vom Kraftwerk zum Sondenplatz muss dabei auch bedacht werden.
Der Vortrag erklärt all dies aus verschiedenen Perspektiven: Die des Erzeugers, des Verbrauchers, des Klimaschoners und des Beobachters.

Joachim Strobel
Mi, 06.02.13, 20:00 Uhr
Kursnummer: 05108006

Die Natur als Vorbild für ökologische Konstruktionen

Von technischen Innovationen erwartet man heute nicht nur, dass sie effektiv sind, sondern auch, dass sie möglichst geringe ökologische Folgewirkungen haben. Der Lösungsansatz der Bionik besteht darin, von der Natur zu lernen, er wurde z. B. bei Optimierungsproblemen erfolgreich eingesetzt. Es liegt daher nahe, anzunehmen, dass eine Technik nach dem Vorbild der Natur auch naturverträglichere Produkte und Prozesse erzielt.

Ulrich May
Mi, 06.03.13, 20:00 Uhr
Kursnummer: 05108007

Anerkennung oder Abwertung

Verarbeitung sozialer Desintegration
Der Vortrag beschäftigt sich mit der Rolle sozialer Anerkennung als subjektive Dimension sozialer Integration. Frau Dr. Kaletta stellt die verschiedenen Arten der Anerkennung und ihr Bezug zu Dimensionen sozialer Integration vor, anschließend setzt sie sich mit der Frage auseinander, welche Auswirkungen es haben kann, wenn Menschen dem Gefühl ausgesetzt sind, nur wenig Anerkennung zu erhalten. Die im Vortrag diskutierte These wird sein, dass ein Verarbeitungsmechanismus darin liegen kann, andere Menschen abzuwerten, um den eigenen Selbstwert und den Integrationsstatus zu stabilisieren. In ihrem Vortrag zeigt die Referentin, welche Faktoren dies wahrscheinlicher machen und welche Faktoren dieser Tendenz entgegenwirken.

Dr. Barbara Kaletta
Mi, 17.04.13, 20:00 Uhr
Kursnummer: 05108008

Die NEL-Pipeline

Herausforderung und Chance für die Archäologie
Zum Bau der Gaspipeline wurde ein 200 km langer und bis zu 36 m breiter Schnitt von der Elbe bis nach Rehden im Landkreis Diepholz gezogen. Der Vortrag stellt gut eineinhalb Jahre nach den abgeschlossen Grabungsarbeiten die archäologische Arbeit von der Planung über die Durchführung bis hin zu Funden und Befunden vor. Neben Gräbern, Siedlungen und dem Goldschatz von Gessel bei Syke werden Forschungsergebnisse und neue Fragestellungen zum Fundmaterial geschildert und vorgestellt.

Dr. Bernd Rasnik
Mi, 22.05.13, 20:00 Uhr
Kursnummer: 05108009

Vortrag

Einführung in die Sedimentärgeschiebe: Acker-, Strand- und Kiesgrubenfunde

Die Gletscher der Eiszeiten in Europa haben uns reich mit Gesteinen aus Schweden, Norwegen und den baltischen Staaten beschenkt. Diese vom Gletscher transportierten Gesteine nennt man Geschiebe. Unter ihnen finden wir auch Ablagerungs- bzw. Sedimentgesteine, die uns u.a. anhand ihrer Fossilien ihr Alter verraten können. Diese Einführung in das spannende Thema Sedimentärgeschiebe richtet sich vor allem an Anfänger und interessierte Laien sowie Fortgeschrittene und ist auch als Einführung für das mögliche nachfolgende Seminar gedacht.

Spez. Fragen z. Kurs: 05442 805811

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Adrian Popp
Mi, 06.03.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 00110013

Exkursion

Fossilien des Stemweder Berges

in Kooperation mit dem Dümmer-Museum Lembruch
Jeder kann Fossiliengräber (-finder) sein. Unter fachkundiger Anleitung werden die Lagerstätten im und am Stemweder Berg aufgesucht. In die Bergung von Fossilien, ihre Bestimmung und ihre weitere Bearbeitung wird eingeführt.
Regenfeste Kleidung, festes Schuhwerk, Hammer, Meißel.
Bitte Rucksackverpflegung mitbringen.
Anmeldung erforderlich.

Lemförde, Familienzentrum, Bahnhofstr. 9
Dieter Siebert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 5,00 €
Kursnummer: 14114001

Umwelt, Ökologie

Bildungsurlaub

Kultur- und Naturschutz auf Hallig Hooge

Die Halligen sind kleine Eilande, die vor der nordfriesischen Küste liegen. Sie sind dadurch gekennzeichnet, dass sie mehrmals im Jahr von der Flut überspült werden („Land unter"), eine ökologisch, ästhetisch einzigartige Natur besitzen und ihre Einwohner eine besondere regionale Identität („Friesentum") entwickelt haben. Hallig Hooge gilt mit ca. 150 EinwohnerInnen als die bevölkerungsstärkte der zehn Halligen und wird auch als „Königin der Halligen" gehandelt.
Sie sollten über ein gewisses Maß an körperlicher Fitness verfügen, da längere Exkursionen zu Fuß und auf dem Fahrrad Teil unseres Programms sein werden.

Hallig Hooge, Hansawarft
Thomas B. Guischard
Info und Anmeldung: 04242 976-1921
Anmeldung bis 13.03.2013
So, 12.05.13, 18:00 Uhr
6 U-Tage, 40 U-Std., 376,00 €, inkl. Ü/Vollverpflegung im DZ (z. T. mit Etagenduschen), inkl. Eintrittsgelder, Exkursionskosten, Fahrräder. EZ-Zuschlag: 60,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 00115011

Bildungsurlaub

Der Kranichzug auf dem Darß

Natur im Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft
Ausführliche Informationen auf Anfrage oder im Internet unter www.vhs-diepholz.de

Wieck, Darß
Dirk Vegelahn
Info und Anmeldung: 04242 976-1921
Anmeldung bis 15.07.2013
So., 15. - Fr., 20.09.13
380,00 €, inkl. Ü/F; im DZ, EZ-Zuschlag: 50,00 €; inkl. Zusatzkosten für Exkursionen, Fahrräder und Eintritte.
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: T00102088

Windenergieprojekte und mehr

Wir stehen für eine transparente Projektentwicklung, individuelle Finanzierungskonzepte und eine professionelle Betriebsführung bei Windenergie- und Photovoltaikprojekten.

Windwärts Energie GmbH
Hanomaghof 1, 30449 Hannover, Tel.: 0511/123 573-0, www.windwaerts.de

WINDWÄRTS
PROJEKTE MIT ERNEUERBAREN ENERGIEN

Exkursion

Vogelexkursion am Rieder See

in Kooperation mit dem NABU Weyhe
Der Rieder See hat sich zum einem interessanten Biotop entwickelt. Die verschiedendsten Vogelarten kann man dort hören, manchmal auch sehen. Die Nachtigall entzieht sich häufig dem Beobachter, aber umso deutlicher ist ihr einmaliger Gesang im Gebüsch zu hören. Fitis, Zilpzalp und Teichrohrsänger gehören ebenfalls zu den regelmäßigen Gästen. Die Teilnehmenden sollten der Witterung entsprechende Kleidung mitbringen. Bei stark windigem oder regnerischem Wetter müssen wir die Exkursion kurzfristig verschieben.
Treffpunkt ist die Brücke über den „Rieder Umleiter", den Abfluss des Rieder Sees.
Anmeldung erforderlich!
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 9336

Riede
Hubert Sturm
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 26.05.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 12104017

Exkursion

Naturerfahrungsgelände am Böttchers Moor

in Kooperation mit der Gemeinde Weyhe
Zusammen mit dem Umweltbeauftragten der Gemeinde Weyhe erkunden wir den Naturlehrpfad mit vielen Lehrtafeln, dem NABU Gelände und dem Steg am Böttchers Moor. Wir lernen verschiedene Biotoptypen und eine vielfältige Tier- und Pflanzenwelt kennen. Mit etwas Glück können wir Fledermäuse sehen.
Treffpunkt: Naturschutzstation, Böttcherei 115 in Weyhe.
Anmeldung erforderlich!
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 71100

Weyhe-Leeste, NABU-Zentrum, Böttcherei 115
Ulf Panten
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 30.05.13, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12104019

Fleißige Bienen und ihr Helfer

Seit 3 Jahren gibt es auf dem Atelierhof Scholen 53 Bienenvölker. Der Imker Heinrich Kordes aus Sulingen wird gemeinsam mit Ihnen seine Bienenvölker auswintern und die neue Honigbeute aufsetzen.
Beim der anschließenden Honigverköstigung werden alle Fragen beantwortet.
Bei Regen fällt die Veranstaltung aus.
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 3173

Scholen, Atelierhof Scholen 53
Heinrich Kordes
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.04.13, 14:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Kursnummer: 16101401

Heimische Fledermäuse

in Kooperation mit der Gemeinde Weyhe
Die überwiegend nachtaktiven Fledermäuse sind nahezu weltweit verbreitet, ca. 30 Arten leben in Mitteleuropa und einige davon auch in Weyhe. Der Umweltbeauftragte der Gemeinde Weyhe stellt die Besonderheiten dieser faszinierenden Tiere hinsichtlich ihres Äußeren, ihrer Lebensweise und besonders ihrer Orientierung im Raum vor. Mit einem modernen Ultraschall-Echoortungsgerät können die Teilnehmer die einzelnen Fledermausarten im Naturerfahrungsgelände am Böttchers Moor orten und unterscheiden.
Anmeldung erforderlich!
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 71100

Weyhe-Leeste, NABU-Zentrum, Böttcherei 115
Ulf Panten
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 29.08.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12114010

Vortrag

Energie- und Umbauberatung: Es kommt nicht nur auf Dämmung an

Gebaute Umwelt geht jeden etwas an. Wir alle werden durch die gestalterische Qualität von Gebäuden beeinflusst. Aktuell wird, angeregt durch verschiedene Förderprogramme, überall energetisch nachgerüstet und modernisiert.
Dabei stellen sich häufig die Fragen:
- Welche Maßnahmen sich mit der Gestaltung des Hauses vereinbaren lassen (schöne Mauerwerksfassade - Wärmedämmung)?
- Ob die vorgesehene Modernisierung nicht sogar eine Gelegenheit bietet, die Gestaltung des Hauses zu verbessern?
- Welche Maßnahmen überhaupt sinnvoll sind?

Bei diesem Vortrag geht es einerseits darum, den Blick für die Qualität der gebauten Umwelt zu schärfen und Beispiele mehr oder weniger gelungener Umbauten zu zeigen.
Wir bitten um Anmeldung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 801908

Bruch.-Vilsen, Schulzentrum, Auf der Loge 5, Mensa
Ekkehard Kijewski
Mi, 27.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 04115003

Vortrag

Ernst Pagels - seine Gärten und seine Stauden

Ernst Pagels und seine Stauden.Der Staudenzüchter Ernst Pagels aus Leer, einer der bedeutendsten deutschen Staudengärtner, wäre im Oktober 2013 100 Jahre alt geworden.
Sein besonderes Interesse galt dem Gartensalbei, den Schafgarben oder dem Chinaschilf. Noch heute sind diese Stauden aus einem Garten kaum wegzudenken.
Viele Gartenplaner und -planerinnen schätzen seine Züchtungen. Die Gartendesigner Piet Oudolf und Peter Jahnke hat für das Gelände in Leer neue Staudenbeete geplant, die Ernst Pagels ins rechte Licht rücken. An weiteren Gärten wird gezeigt, wie wichtig seine Arbeit noch heute ist.
Wir bitten um Anmeldung.

Bruchh.-Vilsen, Schulzentrum, Forum
Cordula Hamann
Di, 28.05.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 12,00 €
Kursnummer: 04114010

Tagesseminar

Grundlagen der Gartenbepflanzung

....denn „Frühlingszeitszeit ist Pflanzzeit“
Erst die Pflanzen geben dem Garten seinen ganz individuellen Charakter. Für eine funktionierende und schöne Bepflanzung des Gartens muss man einige Dinge wissen und beachten. So hat zum Beispiel jede Jahreszeit ihre schönen Seiten und nicht jede Pflanze wächst an jedem Standort. Ein weiterer Aspekt ist natürlich auch der Pflegeaufwand. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Gehölze, Stauden, Gräser, Sommerblumen und Zwiebelpflanzen kennen und wie diese harmonisch als Kulisse, in Gruppen und im Einzelstand in den Beeten angeordnet werden können. - Im Kurs wird ein ausführliches Script angeboten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 803594

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Katja Purnhagen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.03.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 37,00 €,
Kleingruppe: 42,00 €
Kursnummer: 04114009

Stuhr-Varrel, Gutshaus Varrel, Varreler Feld
Katja Purnhagen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 37,00 €,
Kleingruppe: 42,00 €
Kursnummer: 21114009

Vortrag

Pflegeleichte Gartengestaltung - inspirierende Entwürfe und konkrete Beispiele

Den Garten pflegeleichter zu gestalten und zu bepflanzen wird in der heutigen Zeit für viele Menschen immer wichtiger. Mit einer durchdachten Planung können diese Gartenwünsche in einem harmonischen Entwurf optimiert werden, so dass der Garten Schritt für Schritt zum individuellen Traumgarten wachsen kann. Die Gartenberaterin stellt verschiedene Gärten und gestalterische Lösungen aus Ihrer Arbeit vor und macht Sie neugierig Ihren eigenen Garten aus einem neuen Blickwinkel zu betrachten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 803594

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Katja Purnhagen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 18.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 8,00 €
Kursnummer: 22114003

Tagesseminar

Gartenträume zum selber bauen

Gärtnern macht Spaß und viele Menschen macht es glücklich, am Werden und Wachsen im Garten mitzuwirken und sich selber Schritt für Schritt eine grüne Oase zu erschaffen. In ihrer Tätigkeit als Gartenberaterin hat Katja Purnhagen Erfahrung, Menschen bei Umgestaltungs- und Pflanzfragen im eigenen Garten zu unterstützen. An diesem Samstag können Sie sich von Berichten und Bildern aus anderen Gärten inspirieren lassen. Sie erfahren, worauf Sie bei der Umgestaltung Ihres Gartens, bei Neupflanzungen und Pflasterungen achten müssen und Sie erhalten ganz konkrete Fragen zu Ihrem eigenen Garten. Im Kurs wird ein ausführliches Script angeboten

Sorgfalt
Eike, Landwirt aus Klein Lessen,
sorgt dafür, dass seine 120 Milchkühe gesund und munter bleiben.
Ihre Landwirte im Landkreis Diepholz
www.landvolk-diepholz.de
gemeinsam stark...

Spez. Fragen z. Kurs: 04241 803594

Sudwalde, Heuerlingshaus, Mallinghäuser Str.10
Katja Purnhagen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 38,00 €
Kursnummer: 16114001

Lazy Gardening - Pflegeleicht gärtnern, entspannt genießen

Im romantischen Grün des eigenen Gartens entspannen und ungespritzte Beeren naschen - für Berufstätige mit wenig Freizeit nur ein Traum? Nein - man kann auch mit wenig Aufwand sein eigenes kleines Paradies erschaffen und erhalten. In diesem Kurs erfahren Sie mehr über pflegerische Gärten, durchdachte Gartenkonzepte sowie die richtige Pflanzen- und Materialauswahl. Es besteht auch Raum für ganz konkrete Fragen zu Ihrem eigenen Garten. Im Kurs wird ein ausführliches Script angeboten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 803594

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Katja Purnhagen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 04.05.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 32,00 €
Kleingruppe: 37,00 €
Kursnummer: 22114004

Vortrag

Gartenspaziergänge - Einblicke in neu gestaltete Hausgärten

in Kooperation mit der Bibliothek
Für alle, die in ihrem Garten etwas verändern, ganz neu machen oder sich einfach nur inspirieren lassen möchten: Dieser Vortrag der Gartenarchitektin Katja Purnhagen nimmt seine Zuschauer/Innen mit auf einen bilderreichen Spaziergang durch neue Gärten aus der Region. Diese Gärten sind so verschieden wie die Wünsche und Bedürfnisse der Menschen, die in ihnen leben, wie die Häuser und Grundstücke mit denen sie eine Einheit bilden.
Katja Purnhagen berichtet aus ausgewählten Projekten und erklärt die Hintergründe zur harmonischen und auch pflegeleichten Gestaltung. Auch die stimmige Materialverwendung und der Auswahl passender Pflanzen wird Thema des Vortrags sein.
Wir bitten um Anmeldung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 803594

Barnstorf, Bibliothek, Am Markt 4
Katja Purnhagen
Di, 19.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 01114010

Vortrag

Gartenspaziergänge - Einblicke in neu gestaltete pflegeleichte Gärten

in Kooperation mit der Stadt Twistringen und dem Förderverein Stadtbücherei e.V.
Lassen Sie sich inspirieren von einem bilderreichen Spaziergang durch neue Gärten aus der Region. Diese Gärten sind so verschieden, wie die Wünsche und Bedürfnisse der Menschen, die in ihnen leben, wie die Häuser und Grundstücke mit denen sie eine Einheit bilden.
Die Gartenarchitektin Katja Purnhagen berichtet von ausgewählten Projekten und erklärt Ihnen die Hintergründe zur harmonischen und auch pflegeleichten Gestaltung, Materialverwendung und der Auswahl passender Pflanzen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 803594

Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Katja Purnhagen
Mi, 20.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 24114002

Obstbaumschnitt

Anhand der goldenen Schnittregeln wird der Ertragsobstbaumschnitt besprochen und anschließend in der Praxis bei einem der Teilnehmenden durchgeführt.
Beginn voraussichtlich Februar 2013 nach Ankündigung in der Tagespresse.

Rehden
Kursnummer: 15114003

Obstbaumschnitt

Anhand von 10 goldenen Schnittregeln wollen wir den Ertragsobstbaumschnitt besprechen und anschließend in der Praxis an jungen wie auch an alten Obstbäumen durchführen.
Theorie an 2 Abenden á 2 U-Std., Praxis 1 Nachmittag 6 U-Std.
2. U.-Tag: Di., 12.02.13, Praxistermin: an einem Samstag je nach Witterung und gemeinsamer Absprache - Baumschule Uepsen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 800622

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Dr. Ute Hoffmann-Deterding
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 04114001

Gehölzschnitt im Nutz- und Ziergarten

Obstgehölze, blühende Ziersträucher und immergrüne Gehölze brauchen zur Entfaltung ihrer Trag- und Blühfähigkeit regelmäßig einen fachgerechten Gehölzschnitt. Nach einer Einführung in die theoretischen Grundlagen des Schnittes verschiedener Gehölze üben die Teilnehmer den richtigen Baumschnitt im Freigelände an unterschiedlichen Obstgehölzen, Ziersträuchern und immergrünen Gehölzen unter fachkundiger Anleitung..
Bitte mitbringen: festes Schuhwerk, Arbeitshandschuhe, eine Astschere und eine kleine Säge.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 6785

Weyhe, Baumschule Lehmann, Im Bruch 63
Lothar Kattner
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12114008

Vortrag

Rosen - von der Pflanzung bis zur Pflege

Wer Rosen richtig pflegt, hat lange Freude an ihnen. Dies reicht von der Standortwahl, der Bodenpflege, der richtigen Pflanzung der Rosen, dem Pflanzenschutz bis hin zum Schnitt und der Düngung der Rosen. Neben vielen Informationen zu diesen Themen können die Teilnehmenden direkt im Freiland ihre neu erworbenen Kenntnisse praktisch an verschiedenen Rosen mit fachkundiger Hilfe anwenden.
Bitte mitbringen: Handschuhe, Rosenschere, festes Schuhwerk und Schreibmaterial.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 6785

Weyhe, Baumschule Lehmann, Im Bruch 63
Uwe Heinrich
Sa, 23.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12114005

Rosenschnittkurs

Das Schneiden der Rosen im Frühjahr als Pflegemaßnahme dient dazu, die Pflanzen kräftig, schön und gesund zu erhalten.
Wie man Rosen aller Art richtig schneidet, erlernen Sie in diesem Kurs in Theorie (ca. 1 Stunde) und anschließend in der Praxis in einem benachbarten Garten.
Bitte mitbringen: Rosenschere, Schutzhandschuhe, geeignete Kleidung;
Spez. Fragen z. Kurs: 04240 1407

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Detlev Wolters
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.03.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 10,00 €, inkl. Kaffee
Kursnummer: 04114007

Vortrag

Gesunde Umwelt durch natürlichen Pflanzenschutz

Zimmergarten: Umpflanzen, Vermehren, Gießverhalten, Schädlingsbekämpfung, Standort, Allergien.
Hausgarten: Schnitt (grob angesprochen), erste Dünge- und Schutzmaßnahmen, Pflanzenanzucht, Verträglichkeit der Pflanzen untereinander, Teilen von Stauden, Pflanzen von Gehölzen.
Fragestunde.
Um Anmeldung wird gebeten;
Spez. Fragen z. Kurs: 04277 364

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Wolfgang Marquardt
Sa, 02.03.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 6,00 €
Kursnummer: 04114002

Exkursion

Wilde Pflanzen am Kurpark

Wir laden Sie zu einem Ausflug in die Botanik rund um den Kurpark/Hoppegarten ein mit kleinen Geschichten zu den dort wachsenden Wildpflanzen. Was hat es auf sich mit den „Fußstapfen des weißen Mannes?“ „Worüber hat sich der Teufel geärgert?“
Treffpunkt: Springbrunnen am Kurpark
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 2470

Bruchhausen-Vilsen
Christiane Mewes
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 07.07.13, 16:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Kursnummer: 04114008

Vortrag

Gartenteiche - die Oase im Garten

Gartenteiche werden immer beliebter. Aber schon bei der Anlage werden oft die größten Fehler gemacht. Im Vortrag werden verschiedeneTeichtypen wie Zierteiche, Wasserspiele, Koi-Teiche und Biotope vorgestellt. Anlegen, Winterpflege, Probleme wie Algenwachstum und Fischsterben werden auch angesprochen.
Wir bitten um Anmeldung.

Sulingen, VHS in Sulingen, Edenstr. 37, Eingang Grimmer Straße
Manfred Ahrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 22114005

Vortrag

Feng-Shui im Garten

Gestaltungsmöglichkeit auch in unserer westlichen Kultur
Ein nach Feng Shui Prinzipien gestalteter Garten braucht kein asiatischer oder gar ein Zen-Garten sein. Ziel dieser Gartengestaltung ist, den Menschen mit seiner Umgebung in Einklang zu bringen. Dazu gehört, eine Harmonie zwischen Haus und Garten herzustellen. Auch im Garten werden nach der Formenschule (Bagua) neun verschiedene Lebensbereiche unterschieden. Jeder einzelne kann durch die Wahl der Pflanzen und ihrer Farben, wie auch durch Gartenaccessoires, unter Berücksichtigung der 5-Elemente-Lehre gestärkt werden.
Der Vortrag gibt Einblick in Analyse und Gestaltungsmöglichkeiten.
Wir bitten um Anmeldung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04258 9840150

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Susanne Geue
Di, 23.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04114003

Arbeitskreis

Hier gehts (nicht nur) um Ihr Geld: Wirtschaft, Finanzen, Recht

PFIFF-Unternehmerinnen

Gegründet im Oktober 2001, sind wir ein Zusammenschluss von Unternehmerinnen und selbständigen Frauen in Bassum und Umgebung. Das Forum dient uns als Austausch und Unterstützung im täglichen Geschäftsleben. Dieses Netzwerk lässt immer wieder neue Kooperationen entstehen. Mit gezielten Aktionen tragen wir zur Attraktivität der Region bei.
Neue Frauen sind uns herzlich willkommen. Wir treffen uns jeden letzten Mittwoch im Monat um19:30 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 7818

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Hella von Beckerath
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 19:30 Uhr
7 U-Tage, 10 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 02100701

Einkommensteuererklärung praktisch

Für viele ist die Abgabe der Steuererklärung mit großem Aufwand verbunden. Wir geben Ihnen einen Überblick über das, was Sie tun müssen. In diesem Kurs werden Themen wie Grundlagen der Erklärung, Abgabefristen, Einkünfte aus nicht selbständiger Arbeit, Sonderausgaben, und Vorsorgeaufwendungen behandelt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 163926

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.2, Bahnhofsplatz
Markus Stier
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 26.04.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,00 €,
Kleingruppe: 17,00 €
Kursnummer: 12105006

Tagesseminar

Einkommensteuererklärung - einfach und verständlich

Verstehen Sie Ihre eigene Steuererklärung? Für viele ist dieses Thema ein Buch mit sieben Siegeln. Das muss nicht sein. In diesem Seminar klären wir die wichtigsten Punkte der Einkommensteuererklärung wie Aufbau, Einkunftsarten, Einkünfte aus nicht selbständiger Arbeit, Einkünfte aus Kapitalvermögen, Veranlagung und Tarif, Vorsorgeaufwendungen leicht und verständlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 163926

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Markus Stier
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 18.05.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 18,00 €,
Kleingruppe: 23,00 €
Kursnummer: 12105004

Vortrag

Altersvorsorge macht Schule - Basisseminar

Sie wollen für Ihr Alter vorsorgen, wissen aber nicht wie? Dann sind Sie im Basisseminar „Altersvorsorge macht Schule“ genau richtig. In vier Stunden erläutert die Beraterin der Deutschen Rentenversicherung verständlich und unabhängig, wie Sie die staatlichen Fördermöglichkeiten optimal nutzen, was Sie bei der Geldanlage beachten sollten und wie Sie bei Vertragsabschluss das Beste für sich rausholen. Mit Ihren Fragen können Sie sich aktiv in das Seminar
einbringen.
Sie erhalten kostenlose umfassende Informationen und Unterlagen.
www.altersvorsorge-macht-schule.de
Wir bitten um Anmeldung.

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Elke Krüger
Mi, 10.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 05116004

Vortrag

Neuerungen bei Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung

Die Anzahl der Betreuungsbedürftigen nimmt ständig zu. Sorgen Sie rechtzeitig vor und lassen Sie nicht Dritte über Ihr Schicksal oder sogar gegen Ihren Willen über Sie entscheiden. Der Vortrag informiert, wie Sie dies vermeiden können und wie die neuen Gesetze mit Wirkung zum 01.09.2009 Ihr Recht auf Selbstbestimmung schützen.
Wir bitten um Anmeldung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 3065

Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Dr. Sabine Weymann
Mi, 13.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24105001

Vortrag

Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung

Die Anzahl der Betreuungsbedürftigen nimmt ständig zu. Auch junge Menschen können jederzeit durch einen Unfall oder eine Krankheit betreuungsbedürftig werden. Sorgen Sie rechtzeitig vor und lassen Sie nicht Dritte über Ihr Schicksal, eventuell sogar gegen ihren Willen, entscheiden. Sorgen Sie mit den entsprechenden Verfügungen vor. Der Vortrag informiert Sie, wie die neuen Gesetze ab 1.9.2009 Ihr Recht auf freie Selbstbestimmung schützen und was Sie bei der Abfassung einer Vorsorgevollmacht oder einer Verfügung beachten müssen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 3065

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.2, Bahnhofsplatz
Dr. Sabine Weymann
Do, 20.06.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12105007

Vortrag

Betreuungs- und Vorsorgevollmacht

Erwachsene, insbesondere ältere Menschen, die aufgrund von Krankheit und Gebrechlichkeit ihre Angelegenheiten - Kontoführung, Verträge - nicht mehr selbständig regeln können, brauchen jemanden, der sie rechtlich wirksam vertritt. Dieser Vortrag soll die verschiedenen Möglichkeiten aufzeigen, wie z.B. Altersvollmacht/Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung.
Themen:
Was ist ein gesetzlicher Betreuer und wann brauche ich ihn?
Wer kann es werden?
Wie kann ich eine Betreuung verhindern?
Was dürfen meine Angehörigen für mich entscheiden und welche Entscheidungen werden im Zweifel von Fremden getroffen?
Wir bitten um Anmeldung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04251 983393

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Kerstin Bolte-Mahlstedt
Fr, 15.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04105001

Vortrag

Testament - oder Streit in der Erbengemeinschaft?

Viele Streitigkeiten in der Familie haben ihren Ursprung in einer erbrechtlichen Auseinandersetzung, so dass eine geregelte Erbfolge den Familienfrieden erhalten kann. In dem Vortrag werden Grundlagen des Erbrechts und Möglichkeiten einer individuellen Testamentsgestaltung dargelegt. Daneben werden auch die Gefahren und Probleme aufgezeigt, die sich ergeben können, wenn man von der Errichtung eines Testaments absieht und die gesetzliche Erbfolge eintritt.
Wir bitten um Anmeldung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 3065

Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Dr. Sabine Weymann
Mi, 10.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24105002

Vortrag

Rechtliche Grundlagen und Fallbeispiele zu Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Generallvollmacht

Seit Anfang der 90er Jahre hat sich mit Einführung des Betreuungsgesetzes die Zahl der Vollmachten besonders zur Vorsorge für altersbedingte Gebrechen drastisch erhöht.
Angesichts der immer weiter gehenden medizinischen Möglichkeiten der Lebenserhaltung sehen sich Angehörige betroffener Patienten und Ärzte mit zahlreichen Fragen konfrontiert.
Aus anwaltlicher und notarieller Sicht soll dieser Vortrag in die rechtlichen Grundlagen einführen und Ihnen auch anhand von Fallbespielen Hinweise für eigene Entscheidungen geben.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 565600

Stuhr-Varrel, Gutshaus Varrel, Varreler Feld
Wolfgang Hoppert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Kursnummer: 21105001

Vortrag

Mein Kind will studieren. Wer bezahlt das Studium?

Für Eltern, deren Kinder studieren wollen oder deren Kinder sich bereits im Studium befinden und die Fragen zum Ausbildungsunterhalt haben. Dabei geht es um den gesetzlichen Unterhaltsanspruch der Kinder in verschiedenen Familienkonstellationen und um die Voraussetzungen für die Beantragung von Bafög, die Antragsstellung, die Dauer der Förderung und die Rückzahlung. Außerdem werden Möglichkeiten der elternunabhängigen Förderung und verschiedener Bildungskredite dargestellt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 707550

Weyhe-Leeste, KGS, Kleines Forum
Ivonne Beneke
Mi, 27.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12115003

Vortrag

Moderner Immobilienverkauf

Informationen zur zeitgemäßen Immobilienvermarktung
Der Vortrag beantwortet dringende Fragen des Verkäufers. Wie ermittle ich einen realistischen Preis? Wie stelle ich die Immobilie optimal dar? Was ist bei der Verhandlung mit einem potentiellen Käufer zu beachten? Sie erhalten Anregungen und Praxistipps und es wird auf individuelle Fragen eingegangen.
Anmeldung erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 970237

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Jutta Neumann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 03116000

Frühkindliche Bildung und Entwicklung: Familie, Kindertagesstätte, Krippe, Schule, Kindertagespflege

Heidrun Hilgemeier
Tel. 04242 976-1917
heidrun.hilgemeier@vhs-diepholz.de

Bildungsurlaub

Leben und Lernen im Familienalltag mit Kleinkindern

Für Familien mit Kindern bis zu 6 Jahren auf der Insel Spiekeroog
Die derzeitigen gesellschaftlichen Veränderungen führen zu immer höheren Ansprüchen an Familienerziehung und Kindheit. Gerade die ersten Jahre im Leben eines Kindes sind von großer Bedeutung für die weitere Entwicklung, denn die Grundlagen für alle Fähigkeiten werden in dieser Zeit gelegt. Um die damit zusammenhängenden Verhaltensweisen der Kinder soll es in diesem Seminar gehen: sie schreien, wollen nicht schlafen, testen unaufhörlich die Grenzen der Erwachsenen aus.
Das Wissen darüber, was dieses Verhalten mit der Entwicklung des Denkens und sozialen Verstehens zu tun hat und mit der Ausbildung einer sicheren Bindung an die Eltern, kann helfen, den Stress im Familienalltag mit Kleinkindern zu reduzieren und die Entwicklung der Kinder zu fördern.
Die häufig belastenden Auswirkungen dieser Veränderungen für Männer und Frauen sind ein weiterer Themenschwerpunkt.
(Die Teilnahme der Väter ist ausdrücklich erwünscht und wird mit einem Ermäßigungsbetrag von 30 € honoriert.)

Spiekeroog, Haus Barmen
Dr. Erika Butzmann
Anmeldung bis 04.04.2013
Do., 06. - Mi., 12.06.2013
275,00 €, Kinder 140,00 € inkl. Ü/VP und Kinderbetreuung.
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00106005

Bildungsurlaub

Erziehung für eine andere Zukunft?

Für Familien mit Klein- und Grundschulkindern
Welche Auswirkungen haben die gesellschaftlichen Veränderungen und hohen Leistungsanforderungen an die Kinder? Wie wirkt die verplante Kinderzeit und der starke Medieneinfluss auf das tagtägliche Kinderleben? Wie lassen sich Neugier und Leistungsbereitschaft für die Schullaufbahn erhalten? Mit Informationen über die Entwicklungsbedürfnisse der Kinder dieser Altersgruppe im Zusammenhang mit den Alltagserfahrungen der Familien sollen in diesem Seminar Antworten gefunden werden.
Die unterschiedlichen Sicht- und Umgangsweisen von Männern und Frauen mit diesen Themen sind ein weiterer Schwerpunkt des Seminars (die Teilnahme der Väter wird mit einem Bonus von 30 € honoriert).
Die Kinder werden während der Arbeitsphasen betreut. Bitte beachten Sie die inselspezifischen Zusatzkosten (Inselgarage, Fähre, Kurtaxe).

Langeoog, Haus Meedland
Dr. Erika Butzmann
Anmeldung bis 16.05.2013
Do., 04. - Mi., 10.07.13
275,00 €, Kinder: 165,00 €, inkl. Ü/VP und Kinderbetreuung. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00106003

Bildungsurlaub - Vorankündigung

Familienalltag mit Schulkindern

Weitere Informationen auf Anfrage oder im Internet unter www.vhs-diepholz.de.

Borkum, Gästehaus Viktoria
Dr. Erika Butzmann
Anmeldung bis 05.08.2013
Sa., 05. - Fr., 11.10.13
350,00 €, inkl. Ü/VP. Kinder zahlen 190,00 €.
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: T00106005

Elterndialog - Erziehung ist nicht kinderleicht

in Zusammenarbeit mit dem Förderkreis der KGS Leeste
Eltern möchten ihre Kinder verstehen. Kinder möchten ihre Eltern verstehen. Manchmal gibt es Kommunikationsprobleme, die dann zu Konflikten führen. Im Kurs „Elterndialog“ bekommen die Eltern die Möglichkeit, eine empathische Kommunikation zu lernen, die das gegenseitige Verständnis, den Respekt und Gelassenheit fördern. Willkommen sind alle Eltern, unabhängig vom Alter der Kinder.
Es gibt nichts Schlimmeres als unausgesprochene und ungelöste Konflikte, lang gehegter Groll und das Nachtragen von Verletzungen, die durch Worte oder Handlungen erfahren wurden. Dieser Kurs ist kein „Rezeptkurs“, sondern ein Aufbaukurs zur Selbsthilfe für Situationen, die Eltern manchmal überfordern.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 804587

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Ute Niemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.02.13, 9:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 12106004

14täglich; die Ferien sind ausgenommen
Weyhe-Leeste, KGS, Kleines Forum
Ute Niemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 19:00 Uhr
8 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 12106005

Einführung in die Elternarbeit für Migranten

In Kooperation mit der Gemeinde Weyhe und mit freundlicher Unterstützung des Lions Club Syke-Hunte Weser
Elternarbeit und Hausaufgabenbegleitung ihrer Kinder kennen viele Migranten aus ihren Heimatländern nicht. In diesem Kurs lernen Grundschulkinder ihre Muttersprache lesen und schreiben und ihre Eltern werden durch Betreuungsaufgaben auch zwischen den Kursen angeleitet, die Lernfortschritte der Kinder zu begleiten. Der Austausch mit deutschen Lehrkräften zeigt den Eltern, wie sie ihre Kinder auch beim Schulbesuch unterstützen können.

mit Arabisch als Muttersprache
Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 10.02.13, 11:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €, Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 12100702

mit Türkisch als Muttersprache
Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.02.13, 11:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €, Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 12100703

mit Russisch als Muttersprache
Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 15:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €, Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 12100704

Tagesseminar

Schul- und Familienkonflikte in der Pubertät

Wenn Kinder in die Pubertät kommen, häufen sich Schul- und Familienkonflikte. Wie können Eltern und Lehrer/innen so damit umgehen, dass unnötiger Stress vermieden und die Entwicklung der Kinder gefördert wird?
In diesem Tagesseminar geht es um die Veränderungen in der Denk- und Wahrnehmungsweise der Kinder während dieser Phase und die daraus resultierenden Auswirkungen auf den Familien- und Schulalltag.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Dr. Erika Butzmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 02.03.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 35,00 €
Kursnummer: 00106009

Immer diese Störer - Leben und Arbeiten mit Störungen

Verhaltensauffälligkeiten entwickeln Kinder und Jugendliche aus unterschiedlichen Gründen.
In diesem Kurs werden nicht nur Motive, Hintergründe und Zuschreibungen von auffälligem Verhalten ausgeleuchtet. Ziel ist es, Möglichkeiten eines konstruktiven Umgangs herauszuarbeiten, damit erfolgreiche Zusammenarbeit und erfreuliches Zusammenleben (wieder) möglich wird. Anhand konkreter Fallbeispiele, die die Teilnehmer/innen einbringen können, sollen exemplarisch Handlungsstrategien erarbeitet werden. Dieser Kurs richtet sich an Eltern, Pädagogen und alle interessierte Menschen.
Andere Termine nach Vereinbarung - Blockveranstaltung nach Vereinbarung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 8005018

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Wolfgang Raabe
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 18:00 Uhr
20 U-Std., 58,00 €
Kursnummer: 22106001

Immer diese Störer 4 - Leben und Arbeiten mit Störungen

Verhaltensauffälligkeiten entwickeln Kinder und Jugendliche aus unterschiedlichen Gründen. In diesem Kurs werden nicht nur die Motive, Hintergründe und Zuschreibungen von auffälligem Verhalten ausgeleuchtet. Ziel ist es, Möglichkeiten eines konstruktiven Umgangs herauszuarbeiten, damit erfolgreiche Zusammenarbeit und erfreuliches Zusammenleben (wieder) möglich wird. Anhand konkreter Fallbeispiele, die die Teilnehmer/-innen einbringen können, sollen exemplarisch Handlungsstrategien erarbeitet werden. Im Kurs wird sich mit Gesprächsstilen und Gesichtspunkten eines entwicklungsfördernden Umgangs mit Verhaltensauffälligkeiten auseinandergesetzt. Dieser Kurs richtet sich an Eltern, Pädagogen und alle interessierten Menschen
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 8005018

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Wolfgang Raabe
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:30 Uhr
9 U-Tage, 20 U-Std., 58,00 €
Kursnummer: 22106002

Vortrag

Sorgenkinder

Schulprobleme, Krankheiten, Verhaltensauffälligkeiten oder extreme Pubertätserscheinungen, Kontaktprobleme und Ähnliches können Symptome sein, die ein Kind zum Sorgenkind werden lassen. Auch wenn es mit der Ablösung vom Elternhaus „unrund“ läuft, kommt es zu solchen Sorgen.
Aus der Sicht der systemischen Familientherapie bieten sich für die Eltern oftmals neue Perspektiven im Blick auf diese Probleme. Manche Zusammenhänge sind wenig bekannt und können helfen, die Verhältnisse mit anderen Augen zu sehen und sich für unerwartete, neue Herangehensweisen zu öffnen.
Wir bitten um Anmeldung;
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 3717

Schwarme, Robberts Huus, Hoyaerstr. 2
Dr. Gertraud Matthies
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 15.05.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Kursnummer: 04107013

Gesprächskreis

„Guttun macht Schule“

in Kooperation mit dem SoVD Kirchweyhe
Unter fachlicher und pädagischer Leitung diskutieren die Teilnehmenden Fragen der Arbeit mit leseschwachen Schülern, der speziellen Unterstützung von Kindern mit Migrationshintergrund und der Zusammenarbeit von Senioren und Kindern bzw. Jugendlichen.
Der Arbeitskreis trifft sich jeweils am 2. Montag im Quartal.
Spez. Fragen z. Kurs:

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.03.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12100002

Vortrag

Kinderzimmer für den Schulerfolg

Gehören Sie auch zu den Menschen, die glauben, die Einrichtung des Kinderzimmers hätte nichts mit dem Schulerfolg zu tun? Anhand von Beispielen werde ich Ihnen zeigen, wie stark der Schulerfolg mit dem Kinderzimmer zusammenhängt.
Mithilfe meines 10 Punkte Schulerfolgs-Programms, welches wir gemeinsam durchgehen, können Sie das Kinderzimmer Ihres Kindes sofort optimieren.
Bitte bringen Sie folgende Dinge mit:

- eine Skizze des Kinderzimmergrundrisses, in der die Möblierung eingezeichnet ist
- Papier, Lineal/Geodreieck, Bleistift, Radiergummi
- Geburtsdatum Ihres Kindes inkl. Ort und Geburtszeit (diese erhalten Sie ggf. beim Standesamt des Geburtsortes)

Wir bitten um Anmeldung.

Spez. Fragen z. Kurs: 04241 803037

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Andrea Nowak
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04100030

Vortrag

Risiken und Chancen der frühen Krippenbetreuung

Die Krippen- und Fremdbetreuung der unter Zweijährigen wird inzwischen als selbstverständlich angesehen und nicht mehr hinterfragt. Aus entwicklungspsychologischer Sicht kann die frühe Krippen- und Fremdbetreuung jedoch Risiken bewirken - völlig unabhängig von der Qualität der Betreuung.
Mit diesem Vortrag werden die besonderen Merkmale der Entwicklung in den ersten zwei bis drei Jahren aufgezeigt, um deutlich zu machen, in welcher Form und in welchen Fällen Entwicklungsrisiken für das kleine Kind entstehen können. Damit sollen den Eltern Entscheidungshilfen an die Hand gegeben werden, als Familie beurteilen zu können, welche Betreuungsart die richtige für das Kind ist.

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Dr. Erika Butzmann
Sa, 13.04.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 00106004

Vortrag

Aus innerer Haltung mit Herz und Absicht

- ein funktionierender Lebensweg -
„Ja gerne, und wie geht das? Was ist zu tun? Das will ich auch!“ Und ganz bestimmt haben Sie schon einige Selbsterfahrungspfade ausprobiert.Dieser Vortrag bietet einen Einblick zum Leben auf dem Urheberstandpunkt, die Grundlage aus der kontextuellen Beratung, Coaching und Therapie. Aus Ihrer ganz persönlichen Art zu sein, steuern Sie die Ergebnisse in Ihrem Leben. Schauen Sie in Ihre 4 Lebensbereiche:
Beziehungen + Partnerschaft, Geld + Erfolg, Vitalität + Gesundheit , Berufung. Ist es das was Sie wirklich wollen?
Was Ihre Ergebnisse mit Ihrer inneren Haltung und daraus folgenden Kommunikationen zu tun haben, darum geht es an diesem Abend.

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Ute Bries
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 14.05.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 12,50 €
Kursnummer: 00106110

Tagesseminar

Meilensteine der Entwicklung unserer Kinder von 0 - 3 Jahren

In diesem Tagesseminar wird die Bewegungsentwicklung von Säuglingen und Kleinkindern vermittelt. Die Bedeutung der stato-motorischen Entwicklung für die kindliche Entwicklung steht hierbei im Vordergrund. Kiriterien für die Früherkennung von Abweichungen in der Entwicklung und die präventiven Möglichkeiten der Entwicklungsförderung werden dargestellt. Ziel des Seminars ist es, mehr Sicherheit in der Beobachtung der Entwicklung des Kindes zu erlangen.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Katrin Thiermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.04.13, 9:30 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 50,00 €, inkl. Mittagessen und Vor- und Nachmittagskaffee
Kursnummer: 00106082

Fortbildung

Krippenstarter - ein Angebot für neue Mitarbeiter/innen in den Krippen

In diesem dreitägigen Seminar werden ausgewählte Themen der Krippenerziehung bearbeitet. Ausgehend von der Verständigung über ein Grundverständnis und die eigene Haltung zur Betreuung von Kindern unter drei wird über veränderte Rahmenbedingungen zwischen Krippen- und Kitaarbeit gesprochen. Der spezielle Blick auf die Bedürfnisse der 0-3 jährigen steht an allen drei Tagen im Mittelpunkt. Bindungstheoretische wie auch entwicklungspsychologische Grundlagen werden genauso besprochen wie die neurophysiologischen Entwicklungen. Dieses Wissen stärkt die Krippenmitarbeiter/-innen dann auch im alltäglichen Austausch mit den Eltern, insbesondere in der Eingewöhnungsphase. Die Teilnehmer/-innen können die Inhalte des dritten Fortbildungstages durch eigene Anregungen mitgestalten. Spezielle Fragen zum Kurs unter 05441 976-1917 oder per Mail heidrun.hilgemeier@vhs-diepholz.de

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Katrin Thiermann / Christel Jördens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr/Sa, 31.05./01.06.13, 9:30 Uhr
3 U-Tage, 24 U-Std., 220,00 €, inkl. Mittagessen und Pausenkaffee
Kursnummer: 00106085

Fortbildung

Erste Schritte ins Figurenspiel - Puppen bewegen

Spätestens mit Auftreten der bei Groß und Klein beliebten Muppets aus der „Sesamstraße“ Ende der 60er-Jahre haben Puppen als wild-kreatürliche Rollen- und Lebensvorbilder Einzug gehalten in die Medien und Kinderzimmer.
Puppen faszinieren. Sie unterhalten und provozieren, schaffen Neues und Phantastisches, machen Unmögliches möglich. Puppen bewegen sich, und sie bewegen uns. Kreatives Puppenspiel kann eine große und intensive Bereicherung sein beim Geschichtenerzählen, im Morgenkreis genauso wie beim Erklären von Regeln und Abläufen in Schule und Kindergarten. Im Kurs „Puppen bewegen“ wollen wir über praktische Spielstudien und Übungen gemeinsam erforschen, wie im Spiel mit Kindern und Erwachsenen Handpuppen humorvoll zum Leben erweckt, wie eigene Szenen, Inhalte und Geschichten gestaltet werden können.
Weitere Termine: 01.03. und 22.03.13.

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 22.02.13, 14:00 Uhr
3 U-Tage, 9 U-Std., 90,00 €.
Kursnummer: 00106410

Gebärdenunterstützende Kommunikation

GuK, die Gebärdenunterstützte Kommunikation, ist ein moderner lautsprachbegleitender Therapieansatz. Er wurde von Frau Prof. Etta Wilken, Hannover, zur Sprachförderung kleiner Kinder entwickelt, die hören, aber (noch) nicht sprechen können. Speziell für die Arbeit mit Trisomie-21-Kindern erprobt und evaluiert, lässt sich das Konzept auch ergänzend bei Kindern, Jugendlichen oder Erwachsenen mit anderem sonderpädagogischen Förderbedarf wie beispielsweise der kind-lichen Sprechapraxie einsetzen. Der GuK-Einführungsworkshop mit Theorie, Fallbeispielen, Übungen und vielen Ideen für die eigene Praxis richtet sich ganz besonders an Erzieher/-innen.

Mitzubringen für den praktischen Teil: eigene Lieblingsbilderbücher, Spiele & Spielmaterialien.

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr., 03.05.13, 14:00 Uhr
1-U-Tag, 8 U-Std., 35,00 €
Kursnummer: 00106420

Fortbildung

Wenn Eltern psychisch krank sind

Wie können sich elterliche psychische Erkrankungen auf die wichtige Eltern-Kind-Interaktion auswirken und eventuell sogar eine gesunde kindliche Entwicklung gefährden ? Der Workshop soll Einblick und Raum geben, um zentrale Themen zu diskutieren und dazu anregen die eigene Haltung zu dem Thema zu reflektieren. Ziel ist es, Unsicherheiten und Berührungsängste zu thematisieren, damit ein offenerer Umgang mit den betroffenen Familien möglich werden kann.
Spez. Fragen z. Kurs: 0441 9991100

Bassum, Die Freudenburg
Christina Hillebrandt-Wegner
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 16.05.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std, 60,00 €
Kleingruppe 70,00 €
Kursnummer: 00106430

Vorankündigung

Bielefelder Screening

Termin und Ort werden rechtzeitig bekannt gegeben
Kursnummer: 00106450

Fortbildung

Von der Praxis für die Praxis

Sprache im Kindergartenalltag mit allen Sinnen erfassen und im Dialog leben.Viele praktische Beispiele, die Sprache spielerisch mit Hand, Herz und Kopf den Kindern näher bringen. Spiele und Ideen werden mit den Erkenntnissen der Sprachfördermethoden kreativ verändert und in den Morgenkreis, Bewegungsangebot und dem Freispiel eingebaut.Gehen wir auf Schatzsuche, es gibt viel zu entdecken!

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Antje Lüllmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 14:30 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 25,00 €
Kursnummer: 00106115

Fortbildung

Minna - Mathe in Natur für Erzieher/-innen

Minna möchte inspirieren und aufzeigen, dass das Außengelände von Kindertagesstätten sich geradezu als mathematische Schatzkiste offenbart. Das Heben dieses Schatzes gelingt aber nur, wenn die mathematischen Aspekte in den vielfältigen Spielsituationen draußen an der frischen Luft auch entdeckt werden. Die Mathe-Brille aufzusetzen, das ist Ziel des Workshops. Erst mit geschärftem Blick kann das spielerische Handeln der Kinder durch aktivierende Fragen oder Impulse behutsam in die mathematische Richtung gelenkt werden, ohne dass der Spaß am eigentlichen Spiel verloren geht.
Spez. Fragen z. Kurs: 04206 413169

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Dr. Heike Pabst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 15.05.13, 9:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 40,00 €
Kursnummer: 00106071

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Dr. Heike Pabst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 07.05.13, 9:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 40,00 €
Kursnummer: 00106072

Fortbildung für Erzieher/-innen

Schutzauftrag § 8 a SGB VIII bei Kindeswohlgefährdung

Seminare in Kooperation mit dem Fachdienst Jugend des Landkreises Diepholz.

Landkreis Diepholz
Johannes Schnurr
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn

Mo, 06.05.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 30,00 €
Kursnummer: 00106300

Di, 07.05.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 30,00 €
Kursnummer: 00106301

6. Pädagogische Fachtagung für Erzieher/-innen, Tagespflegepersonen und Grundschullehrkräfte

Selbstkompetenzen stärken und fördern

Syke, Berufsbildende Schulen (BBS)
Sa, 19.01.2013, 8:30 - 16:00 Uhr

Für weitere Informationen fordern Sie unseren Flyer an.

Infos: 04242 976-4444

Kursnummer: 00106200

vhsConcept

vhs Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V.

Integrative Erziehung und Bildung im Kindergarten

Die gemeinsame Erziehung und Bildung behinderter und nicht behinderter Kinder gehört zum Bildungsauftrag des Elementarbereiches.
Prospekt und weitere Informationen bei der VHS.

Beginn Dezember 2013
37 U-Tage, 298 U-Std.
Kursnummer: 00106020

Sprachfortbildung

Dieser 170 Unterrichtsstunden umfassende Lehrgang wird konzeptionell überarbeitet und ab April 2013 wieder angeboten.

Infoveranstaltung am Do., 14.02.13 ab 18:00 Uhr in Bassum Die Freudenburg, Vorwerk

Bassum und Syke
Uta Lürßen / Gisela Röhling / Antje Lüllmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 15.04.13, 9:00 Uhr
Kursnummer: 00106104

Fachkraft Kleinstkindpädagogik

Teilnahmevoraussetzungen:
Abgeschlossene Berufsausbildung im Berufsfeld Kindergarten, z. B. als Erzieher/-in, Kinderpflegerin bzw. ein vergleichbarer Ausbildungsabschluss.
Eine mindestens einjährige Berufserfahrung im Kindertagesstättenbereich.
Abschluss/Prüfung/Zertifikat.

Die Weiterqualifizierung endet mit einem Zertifikat „Fachkraft Kleinstkindpädagogik". Das Zertifikat wird nach der regelmäßigen Teilnahme am Lehrgang und der abgelegten Leistungsnachweise durch den Landesverband der Niedersächsischen Volkshochschulen/VHS-Concept vergeben. Die Leistungen und die vermittelten Inhalte werden in das Abschlusszertifikat übernommen.
Fordern Sie den Sonderprospekt an.
Beginn des Kurses am 15.März 2013
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 976-1917 oder per Mail an heidrun.hilgemeier@vhs-diepholz.de

Syke und Bassum
Fr, 15.03.13, 09:00 Uhr
22 U-Tage, 170 U-Std., 995,00 €, zzgl. Prüfungsgebühren und Materialkosten; Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00106148

Fortbildung

Biografiearbeit für Familien mit Pflegekindern

Der Begriff Biografie ist griechisch und bedeutet „Lebensbeschreibung". In diesem Sinne wird die Biografiearbeit als die Aufzeichnung des äußeren Lebenswegs bezeichnet sowie auch die innere Entwicklung einer Person. Biografiearbeit ist demnach eine wirkungsvolle Methode Kinder und Jugendlichen bei der Rekonstruktion ihrer Vergangenheit zu helfen. In dem Seminar erhalten die Teilnehmer/-innen einen ersten Einblick, wie sie die Biographiearbeit in ihrer Familie nutzen können.

Syke, Alte Posthalterei, Waldstraße 1, Raum 1
Nicola Lüllmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.2013, 09:30 - 16:30 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 60,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00106041

Fortbildung

Interkulturelle Kompetenz in der Kita

Wünschen Sie zu diesem Thema eine Fortbildung in Ihrer Einrichtung, sprechen Sie uns bitte an.
Ab Februar 2013 startet erneut eine landkreisweite Fortbildung Interkulturelle Kompetenz, Voranmeldungen sind bereits jetzt möglich.
Kursnummer 00106120

Bildungsprämie bis zu 500,00 € für Erwerbstätige und Berufsrückkehrer/-innen

Auch für Sie interessant?
Infos unter **www.bildungspraemie.info** oder

Tel. 04242 976-4076, Ewald Fiedler
Tel. 04242 976-4074, Michael Knaup

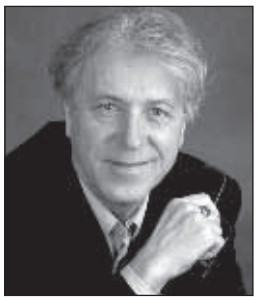
vhsConcept

vhs

Landesverband
der Volkshochschulen
Niedersachsens e. V.

Die VHS hat ihr systemisches Angebot optimiert, indem sie neben dem Grundlehrgang Aufbauseminare anbietet. Die Kontinuität der systemischen Arbeit wird über die systemische Supervision erreicht.

Hinweis: Bei den aufgeführten Veranstaltungen sind keine Ermäßigungen möglich.



„Jeder Mensch trachtet danach, zu leben, zu wachsen und nahe bei den anderen zu sein. Alles Verhalten drückt diese Ziele aus, unabhängig davon, wie gestört es erscheinen mag." (Virginia Satir, 1973)

Virginia Satir war eine der führenden Vertreterinnen der systemischen Idee, die Entstehung individueller Probleme unter den Bedingungen ihrer Vernetztheit in einem System zu betrachten. Diese Betrachtungsweise wird dem Menschen und seiner Suche nach Lösungen für Wachstumshindernisse in einer Weise gerecht, wie kaum eine andere Form therapeutischer, pädagogischer und beraterischer Arbeit im sozialen Feld. Die Methoden sind sanft aber klar, sie suchen nach Ursachen, nicht nach Schuld, sie nutzen die Kreativität des leidenden Systems, statt ihm fremde Lösungen überzustülpen u. v. m.

In der Ausbildung zur systemischen Familienberaterin und zum systemischen Familienberater wird durch Selbsterfahrung gelernt, wie das funktioniert, was später beim Klienten methodisch angewendet wird. Sie ist daher sicher eine der interessantesten Ausbildungen, die man im sozialen und pädagogischen Bereich machen kann.

(Eduard Müller)

Systemische/-r Familienberater/-in

Grundkurs
Der Lehrgang richtet sich insbesondere an Menschen, die in sozialer, pädagogischer und beraterischer Arbeit mit Familien, Teilfamilien oder Paaren arbeiten. Sie verfügen in der Regel über ein hohes Maß an persönlichem Engagement, Wissen und Können. Die berufliche Inanspruchnahme fordert sie oft heraus bis an persönliche Leistungsgrenzen zu gehen. Ziel dieses Lehrgangs ist die Professionalisierung im jeweiligen Arbeitsbereich durch die Erarbeitung einer systemischen Sichtweise und deren Integration in die eigenen Arbeitszusammenhänge. Im Vordergrund steht die Erweiterung der Handlungskompetenzen der Teilnehmenden in ihrer Arbeit mit Familiensystemen. Schwerpunkte sind dabei die Vertiefung und Stärkung sozialer, kommunikativer, methodischer und beraterischer Kompetenzen. Soziales Wirken und Systemisches Modell/Kommunikation mit/ in Familien/ Krisengespräche mit (Teil-)Familien/Familien-Rekonstruktionen/Suchtstrukturen in Familien/Selfcare der Familienberater/-innen sind Inhalte des Lehrgangs. Fordern Sie den Sonderprospekt an.
Spez. Fragen z. Kurs: Tel. 05475 911217

Infotermin: Mo, 26.09.2012 - 19:00 Uhr, VHS in Syke, Waldstr. 1
Dort wird die Wirkungsweise Systemischer Techniken vorgestellt. So können Sie erste Eindrücke gewinnen.

Bassum, Diepholz
Eduard Müller / Gerd Not-Debbeler
Fr, 08.02.13, 09:00 Uhr
16 U-Tage, 168 U-Std., Entgelt (inkl. Materialkosten bei 8/9 Teilnehmenden 1695,00 €, bei 10/11 Teilnehmenden 1395,00 €, ab 12 Teilnehmenden 1195,00 € zzgl. 77,00 € Prüfungsgebühr und 241,00 € für Übernachtung/Vollpension im DZ während der Bildungsurlaubswoche (EZ-Zuschlag 44,00 €)
Kursnummer: 00107101

Aufbauseminare

Die folgenden 3 Veranstaltungen (Voraussetzung Grundkurs) finden im Herbst/Frühjahr 2013 jeweils statt in:

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
2 U-Tage, 20 U-Std., 150,00 € inkl. Mittagessen und Pausenkaffee.

Aufstellungsarbeit
Aufstellungsarbeit ist ein unverzichtbares diagnostisches und beraterisches Instrument. Um nicht zu sehr in die therapeutische Arbeit zu gelangen, muss sich der Berater/die Beraterin eine Selbstbeschränkung auferlegen. Wie weit darf ich gehen bei Skulpturen, Familienstellen, Tetralemma, Glaubenspolaritätenaufstellung, Problemaufstellung?
02./03.02.13
Kursnummer: 00107103

Vertiefende Genogrammarbeit
Im Zusammenhang mit der Stellvertretertheorie von Rainer Adamaszek, an Hand von Genogrammen bekannter Familien, des eigenen Genogramms (Selbsterfahrungsanteil) und Fallarbeit wird mit Hilfe mitgebrachter Fälle die Genogrammarbeit vertieft.
16./17.03.13
Kursnummer: 00107104

Systemische Supervision 1

Gemessen an der pädagogischen Problemlage sind die Gruppen und Klassen zu groß, es gibt zu wenig Personal, zu wenig Zeit und Raum für die pädagogische Begleitarbeit, zum Beispiel im Kontakt mit den Eltern.
In diesem Kontext ist Supervision eine unerlässliche Form von Selfcare des pädagogischen Personals, um Burnout zu vermeiden und fachlich kompetent handlungsfähig zu bleiben. Systemische Supervision bietet eine Vielzahl von Methoden und Hilfestellungen an, um wieder den Abstand zum problematischen Handlungsfeld zu bekommen, den Professionalität braucht. Wir bieten aus diesen Gründen für Absolventen des Lehrgangs „Systemische(r) Familienberater(in) systemische Supervision als Gruppensupervision an.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Eduard Müller
Di, 05.02.13, 19:00 Uhr - weitere Termine: 05.03., 09.04., 07.05., 11.06.13
5 U-Tage, 15 U-Std., 100,00 €
Kursnummer: 00107003

Systemische Supervision 2

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Eduard Müller
Mi, 06.02.13, 19:00 Uhr - weitere Termine: 06.03., 10.04., 08.05., 12.06.13
5 U-Tage, 15 U-Std., 100,00 €
Kursnummer: 00107004

Dr. Heike Pabst
Waldstraße 8, 28816 Stuhr
Tel. 04206 413169
Fax 04206 413964
heike_pabst@web.de

Haus der kleinen Forscher/-innen

Das „Haus der kleinen Forscher“ ist eine bundesweite Initiative, die es sich zum Ziel gesetzt hat, Naturwissenschaften und Technik schon im Kindergarten zu fördern. In unserer Region sind wir, die VHS des Landkreises Diepholz, Kooperationspartner vom „Haus der kleinen Forscher“. Wir bieten Ihnen Fortbildungen zu unterschiedlichen naturwissenschaftlichen Themen an und unterstützen Sie bei der Umsetzung in Ihrer Kindertagesstätte. Machen Sie mit und werden Sie selbst mit Ihrem Kindergarten zu einem „Haus der kleinen Forscher“. Haben Sie Fragen oder Anregungen, dann sprechen Sie mich an (Tel. 04206 413169). - Für die nachfolgenden Workshops (Tagesseminare mit 8 U-Std.) erfragen Sie bitte das Teilnahmeentgelt bei der VHS. Anmeldung jeweils bis 10 Tage vor Beginn.
Ihre Heike Pabst

Grundkurs 1

Wasser - Jetzt wird´s spritzig

Mit Wasser zu spielen ist großartig! Besonders spannend ist das Spiel mit fließendem Wasser: aus dem Wasserhahn, dem Gartenschlauch oder sogar in einem kleinen Bach. In Ihrem ersten Workshop werden Sie, genau wie ein Kind, an diesem Tag viel Neues entdecken - vor allem über sich selbst: Wie stehen Sie selbst zu Naturwissenschaften? Was ist Ihr Bild vom heutigen Kind? Und was genau versteht die Stiftung überhaupt unter „Forschen in der Kita“? Bei einfachen Experimenten zum Thema Wasser können Sie es hautnah erleben und mögliche Bedenken beseitigen.

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Reginald Pauka / Rita Bieler
Do, 06.06.13, 09:00 Uhr
Kursnummer: 00106063

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Helga Wohlers-Endrikat / Reginald Pauka
Do, 13.06.13, 09:00 Uhr
Kursnummer: 00106064

Vertiefungsworkshop

Akustik - Da klingt was in der Luft!

Ob laut oder leise, hoch oder tief, angenehm oder lärmend: Klänge und Geräusche zu entdecken macht Spaß. Gehen Sie mit uns gemeinsam akustischen Phänomenen auf den Grund!
Der Workshop ist gespickt mit vielen praktischen Anregungen und exemplarischen Vorschlägen, wie Sie gemeinsam mit Kindern Phänomene der Akustik entdecken und erforschen können. Beispielsweise werden gemeinsam Geräusche gesammelt und genau erkundet. Sie entdecken, wie bestimmte Materialien klingen. Sie erfahren wie man Geräusche lauter und leiser machen kann, dass sich Schwingung auch fühlen lässt und man Geräusche nicht nur an der Luft, sondern auch durch Feststoffe hindurch und unter Wasser hören kann.
Spez. Fragen z. Kurs: 04245 596

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Helga Wohlers-Endrikat / Sandra Köper-Joksch
Di, 26.02.13, 09:00 Uhr
Kursnummer: 00106061

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Helga Wohlers-Endrikat / Sandra Köper-Joksch
Di, 05.03.13, 09:00 Uhr
Kursnummer: 00106062

Vertiefungsworkshop

Sprudelgase - Jetzt wird´s prickelnd!

Vulkanausbrüche, rasante Raketen und tanzende Senfkörner - Experimente mit Sprudelgas haben erstaunliche Effekte! Lernen Sie in dem Workshop nicht nur „sprudelnde Experimentideen“, sondern gleichzeitig einzelne Aspekte des naturwissenschaftlichen Vorgehens wie genaues Beobachten, Vergleichen und das Aufstellen von Hypothesen kennen. Reflektieren Sie Ihre Haltung und machen Sie sich im Workshop zudem bewusst, wie beim gemeinsamen Forschen mit Kindern auch die Sprachentwicklung gefördert wird.

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Dr. Heike Pabst / Reginald Pauka
Do, 18.04.13, 09:00 Uhr
Kursnummer: 00106065

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Helga Wohlers-Endrikat
Di, 09.04.13, 09:00 Uhr
Kursnummer: 00106066

Tagesseminar

Vorbereitung auf den Tag der kleinen Forscher

Jedes Jahr ruft die Stiftung „Haus der kleinen Forscher“ einen Aktionstag im Juni mit wechselndem Motto aus und lädt alle aktiven Kitas ein, sich an diesem Tag mit einem bunten Forscherfest zu beteiligen. Angelehnt an das jeweilige Thema des Wissenschaftsjahrs des Bundesministeriums für Bildung und Forschung steht der „Tag der kleinen Forscher“ unter einem bestimmten Motto. Zur Vorbereitung dieses Tages bietet der Workshop Gelegenheit sich mit dem Motto vertraut zu machen, die vorgeschlagenen Experimente auszuprobieren und gemeinsam mit anderen Erzieherinnen den Forschertag für die eigene Kita zu planen.
Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Reginald Pauka / Rita Bieler
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.03.13, 09:00 Uhr
Kursnummer: 00106067

Fortbildung

Ein Teich voller Leben

in Kooperation mit dem Barnstorfer Umwelt-Erlebniszentrum - BUEZ
Wasser ist Leben – diese Weisheit wird am Kleingewässer erlebbar. Staunen Sie mit uns über die geheimnisvolle Welt von Teich und Tümpel, die im Frühjahr nur so vor Leben wimmelt. Über der Wasseroberfläche schwirren Insekten, unter der Wasseroberfläche tummeln sich gefräßige Insektenlarven, Schnecken, Käfer und Molche, in Flachwasserzonen sitzen Frösche und Kröten.
In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie mit Kindern diesen Lebensraum entdecken und erforschen können. Was für Tiere leben im und am Teich? Wie funktioniert das Ökosystem Teich? Gibt es ein Leben im Wassertropfen? Was ist der Wasserkreislauf? Diese und viele weitere Fragen möchten wir gerne mit Ihnen zusammen beantworten.

Barnstorf, NABU Umwelt-Erlebnis-Zentrum, Am Bremer Dreh 1
Dr. Oliver Nixdorf / Dr. Heike Pabst
Do, 02.05.13, 9:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std.
Kursnummer: 00106069

Veranstaltungen für kleine Forscher/-innen

mit Dr. Heike Pabst. Spez. Fragen zu den Veranstaltungen: 04206 413169

Veranstaltungsort: Stuhr-Seckenhausen, Bildungsstätte, Hauptstr. 48
Anmeldung bitte bis 10 Tage vor Beginn. Unterrichtsdauer jeweils 3 UE. Entgelt jeweils 10,00 €. Keine Ermäßigung möglich.

Magnet-Magie

Es gibt wohl kaum ein Kind, das nicht von den Eigenschaften eines Magneten fasziniert ist. In diesem Kurs experimentieren wir mit den unsichtbaren Kräften der Magneten und erleben die erstaunliche Welt des Magnetismus.

Für 4 - 6 jährige Forscher/-innen
Fr, 22.02.13, 15:30 Uhr
Kursnummer: 00106051

Für 6 - 10 jährige Forscher/-innen
Sa, 23.02.13, 10:00 Uhr
Kursnummer: 00106052

Li - La - Luftig

Luft ist nicht nichts! Und das werden wir beweisen. Dazu bauen wir eine Luftumfüllstation und einen Kerzenfahrstuhl, lassen einen Tornado in der Flasche wirbeln und einen kleinen Wind durchs Zimmer wehen. Für 4 - 6 jährige Forscher.

Für 4 - 6 jährige Forscher/-innen
Fr, 26.04.13, 15:30 Uhr
Kursnummer: 00106053

Für 6 - 10 jährige Forscher/-innen
Sa 27.04.13, 10:00 Uhr
Kursnummer: 00106054

Was ist eigentlich eine Pflanze?

Was ist denn das für eine Frage? Das weiß doch jeder. Wir aber wollen mal genau hinschauen, was eine Pflanze eigentlich ausmacht. Weißt Du, was Pflanzen essen und trinken, wie sie atmen oder warum die Blüten so wunderschön bunt aussehen? Wenn du es wissen willst, dann mach´mit bei diesem Kurs für echte Forscher.

Für 4 - 6 jährige Forscher/-innen
Fr, 24.05.13, 15:30 Uhr
Kursnummer: 00106055

Für 6 - 10 jährige Forscher/-innen
Sa, 25.05.13, 10:00 Uhr
Kursnummer: 00106056

Plitsch-Platsch-Wasserquatsch

Das Element Wasser fasziniert uns alle immer wieder! Wir wollen wie richtige Forscher die vielen verblüffenden Eigenschaften von Wasser genau unter die Lupe nehmen. Wir untersuchen wacklige Wasserberge, zaubern farbige Zuckerbilder, ergründen das geheimnisvolle Schwarz und experimentieren mit schillernden Seifenblasen.

Für 4 - 6 jährige Forscher/-innen
Fr, 21.06.13, 15:30 Uhr
Kursnummer: 00106057

Für 6 - 10 jährige Forscher/-innen
Sa, 22.06.13, 10:00 Uhr
Kursnummer: 00106058

In den ersten Jahren werden die entscheidenden Grundlagen für die zukünftige Bildungs- und Entwicklungschancen unserer Kinder gelegt. Das Niedersächsische Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung (nifbe) möchte daher dazu beitragen, die ersten Lebensjahre der Kinder möglichst optimal zu gestalten. Dafür wird das 2008 gegründete nifbe vom Land Niedersachsen gefördert. Hauptziele des nifbe sind die interdisziplinäre Erforschung der frühen Kindheit, die landesweit enge Vernetzung der Personen und Institutionen im Bereich der frühkindlichen Bildung und Entwicklung sowie der wechselseitige Transfer von Erkenntnissen zwischen Forschung und Praxis.

Um diesen Austausch von Erkenntnissen in einem Flächenland wie Niedersachsen gut organisieren zu können, werden in 5 Regionalnetzwerken in enger Zusammenarbeit mit den Akteuren regionale Netzwerkstrukturen aufgebaut. Das Regionalnetzwerk SüdWest umfasst die Landkreise Diepholz, Vechta, Cloppenburg, Emsland, Grafschaft Bentheim sowie die Stadt und den Landkreis Osnabrück.

Das Netzwerk ist in einer offenen Beteiligungsstruktur angelegt und die Beteiligung setzt keine Mitgliedschaft im Verein voraus. Veranstaltungen die gemeinsam mit der VHS angeboten werden, wie z.B. das nifbe-Forum, ermöglichen einen intensiven Austausch zwischen PraxisvertreterInnen und ForschungsvertreterInnen.

Schwerpunktthemen des Regionalnetzwerkes SüdWest sind zurzeit die frühe mathematische und naturwissenschaftliche Förderung. Hier hat sich die Zusammenarbeit mit der VHS und dem Haus der Kleinen Forscher sehr bewährt und zu zahlreichen Qualifizierungsaktivitäten für Kita-Mitarbeiterinnen und Tagesmüttern geführt.

Informationen zum *nifbe* finden Sie unter www.nifbe.de.

Fortbildungen für die Kindertagespflege

Ilse Hollenberg
Tel. 04242 976-1916
ilse.hollenberg@vhs-diepholz.de

Fortbildung

Qualifizierung in der Kindertagespflege

in Kooperation mit dem Fachdienst Jugend des Landkreises Diepholz und den Gemeinden und Städten im Landkreis
Für Interessierte, die bereits in der Kindertagespflege tätig sind oder es werden wollen, bieten wir diese Fortbildung nach dem Lehrplan des Deutschen Jugendinstitutes mit 160 Stunden an. Inhalte: Kindertagespflege - die Perspektive der Kindertagespflegeperson, der Kinder und der Eltern, Förderung und Entwicklung von Kindern, Kinder beobachten und wahrnehmen, Betreuung von Kindern, Erziehung und Bildung in der Kindertagespflege, Besondere Herausforderungen, Kooperation und Kommunikation zwischen Kindertagespflegeperson und Eltern, Arbeitsbedingungen und Reflexion. Der Lehrgang endet mit einer Prüfung. Veranstaltungsort je nach Wohnort der Teilnehmenden.
Die VHS hält ein Informationsblatt für Sie bereit. Spezielle Fragen: Ilse Hollenberg, Tel. 04242 976-1916.
Veranstaltungsort je nach Wohnort der Teilnehmenden. Es können bei Bedarf weitere Kurse im Landkreis eingerichtet werden.
Beginn: Frühjahr 2013

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Dozentinnenteam
160 U-Std., 160,00 €
Kursnummer: 00106780

Die Angebote zur Kindertagespflege werden gefördert durch:

Aktionsprogramm Kindertagespflege – Säule 2
Bundesweite Qualifizierung von Tagespflegekräften

Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend

ESF Europäischer Sozialfond

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

ESF Europäischer Sozialfonds für Deutschland

EUROPÄISCHE UNION

Fortbildung für Kindertagespflegepersonen

Schutzauftrag § 8 a SGB VIII bei Kindeswohlgefährdung

Seminare in Kooperation mit dem Fachdienst Jugend des Landkreises Diepholz.

Landkreis Diepholz
Johannes Schnurr

Herbst 2013
Kursnummer: 00106720

Fortbildung

Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kindesalter

Lehrgang für Kindertagespflegepersonen
Lehrgang für Kindertagespflegepersonen und andere Interessierte. Weitere Termine auf Anfrage. Auch als Auffrischungskurs geeignet.
Ende ca. 17:00 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 951851

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Lutz Hoffmann-Schreeck
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 02.03.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 9 U-Std., 25,00 €, Kleingruppe: 30,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00106791

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Lutz Hoffmann-Schreeck
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 01.06.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 9 U-Std., 25,00 €, Kleingruppe: 30,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00106792

Fortbildung

Auffrischungskursus Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kindesalter

Voraussetzung ist die Teilnahme an einem Lehrgang „Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kindesalter“ innerhalb der letzten 2 Jahre. Der Fachdienst Jugend des Landkreises Diepholz schreibt für die Pflegeerlaubnis eine Auffrischung alle 2 Jahre oder die Teilnahme des Lehrganges alle 5 Jahre vor. Sobald genügend Anmeldungen vorliegen, bieten wir diese Veranstaltung an.
Termin: Frühjahr 2013
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 951851

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Lutz Hoffmann-Schreeck
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 01.01.14, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 20,00 €, Kleingruppe: 25,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00106795

Arbeitskreis Kindertagespflege in Weyhe

in Kooperation mit der Gemeinde Weyhe
Der Arbeitskreis trifft sich einmal im Quartal.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 71-230

Weyhe, Rathaus
Frau Weidenhöfer und Frau Goldack
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 03.06.03, 19:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12106003

Arbeitskreis für Kindertagespflegepersonen

In der Kindertagespflege arbeiten vorwiegend Frauen in einer eher isolierten, völlig selbständigen Art. Daher wünschen sich viele Kindertagespflegepersonen eine geschützte und vertrauensvolle Möglichkeit, ihre Arbeit zu besprechen und reflektieren. Hier können Fragen aus dem Alltag mit Kinder/Tageskindern, Umgang und Kommunikation, Abgrenzung und Selbstbild, „schwierige Gespräche“ mit Eltern u. v. m. behandelt werden. Die Teilnehmenden können ihre Themen einbringen.
Am ersten Termin werden Fragen, Wünsche, Erwartungen und Inhalte angesprochen. Auch Datenschutz und Schweigepflicht werden verabredet, außerdem einige

Bethel im Norden

Fachzentrum für Kinder-, Jugend- und Familienhilfe

Das Fachzentrum für Kinder-, Jugend- und Familienhilfe ist seit 15 Jahren anerkannter Träger von selbständig arbeitenden Erziehungsstellen im Rahmen des § 34 SGB VIII. Wenn Sie eine neue Herausforderung suchen und in eigener Verantwortung Arbeiten und Leben mit einem starken Partner an Ihrer Seite verwirklichen wollen, freuen wir uns über Ihre Bewerbung.

Wir suchen:

Selbständige ErziehungsstellenpartnerInnen

in Bremen und Niedersachsen

Wir bieten:
- qualifizierte Begleitung und Beratung beim Aufbau der Erziehungsstelle
- gemeinsame Auswahl der Kinder und Jugendlichen
- Mitgestaltung im Hilfeplanverfahren
- angemessene Honorarvergütung und Sachkostenerstattung
- Übernahme von Fortbildungs- und Supervisionskosten

Wir erwarten:
- Erfahrung in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen z. T. mit herausforderndem Verhalten, verletzten Seelen, Traumatisierungen
- (Fach-) Hochschulausbildung / Fachschulausbildung
- Dipl.Päd./Sozialpäd./SozialarbeiterInnen/Heilpädagoginnen/ ErzieherInnen – ggf. mit therapeutischer Zusatzausbildung
- guter Leumund
- Wohnen der Kinder und Jugendlichen in Ihrem Lebensfeld
- Bereitschaft, bei der religiösen Erziehung mitzuwirken

Wir freuen uns auf Ihre schriftliche Bewerbung.

Bethel im Norden
Fachzentrum für Kinder-, Jugend- und Familienhilfe
Lange Straße 36 · 49356 Diepholz
Ansprechpartner: Thomas Bremermann, Tel.: 05441 / 97568-27
E-Mail: thomas.bremermann@bethel.de
Internet: www.bethel-im-norden.de

Bethel

Methoden vorgestellt sowie Praxisbeispiele angeschaut. In den weiteren Treffen können eigene Verhaltenweisen hinterfragt, Fallstricke und immer wiederkehrende Muster (warum bin ich in bestimmten Situationen/ Elterngesprächen/Konflikten unsicher, ängstlich, wütend, still) gefunden und Handlungsalternativen entwickelt werden. Ziel ist, im Arbeitsalltag nicht die Kraft zu verlieren, sondern Zufriedenheit und Balance zu finden.
Im Frühjahr findet diese Veranstaltung in Bruchhausen-Vilsen statt. Ab Herbst ist eine Fortsetzung in Sulingen und Twistringen geplant.
Weitere Termine: 15.04. u. 17.06.2013
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 2996

Bruchhausen-Vilsen
Gisela Ravens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 20:00 Uhr
3 U-Tage, 9 U-Std., 27,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04106007

Arbeitskreis

Forum Kindertagespflege Stuhr

in Kooperation mit der Gemeinde Stuhr
Der Arbeitskreis trifft sich alle 2 Monate.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 5695235

Stuhr-Moordeich, Kindertagesstätte, Stuhrer Landstraße 21
Ingrid Kavanagh
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
2 U-Tage, 6 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 21106001

Pflegeeltern werden - eine Aufgabe für Sie?

Der Fachdienst Jugend des Landkreises Diepholz sucht Pflegefamilien für Kinder, die vorübergehend oder langfristig nicht in ihrer Familie leben können.
Die Fachkräfte für Familienpflege laden interessierte Familien, Paare und Einzelpersonen herzlich zu Informationsabenden ein. Sie geben Auskunft über persönliche und familiäre Voraussetzungen von Pflegeeltern, berichten über Rechte und Pflichten sowie die Zusammenarbeit mit den Herkunftseltern und die Gestaltung von persönlichen Umgangskontakten. Es erfolgt ein kurzer Überblick über unterschiedliche Pflegeformen, über das Bewerbungsverfahren und die Vorbereitungsseminare des Fachdienstes Jugend für Pflegeeltern.

Termine:

Dienstag, 19.03.13, 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr
Sozialraumbüro Mitte Ost in Syke, Amtshof 3, 28857 Syke
Bitte melden Sie sich an bei Frau Kapels, Tel. 04241 804-85016

Mittwoch, 24.04.13, 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr
Sozialraumbüro Weyhe, Bahnhofsplatz 2, 28844 Weyhe
Bitte melden Sie sich an bei Frau Siebmann, Tel. 04203 804-5612

Montag, 03.06.13, 19:00 bis 20:30 Uhr
Sozialraumbüro Diepholz, Prinzhornstr. / Ecke Wellestr., 49356 Diepholz
Bitte melden Sie sich an bei Frau Heine, Tel. 05441 976-1164
oder Frau Lüdeker, Tel. 05441 976-1156

Die Informationsveranstaltungen sind gebührenfrei.

Rhetorik, Kommunikation und Selbsterfahrung

Frauen

Rhetorik für Frauen

Eine kurze Rede bei einem offiziellen Anlass oder gar einen Vortrag vor einer größeren Gruppe zu halten, treibt Ihnen die Schweißperlen auf die Stirn? Ob beruflich, privat und in der Öffentlichkeit: Hier lernen Sie, sich souverän zu behaupten. Den Teilnehmerinnen werden Grundlagen für den Aufbau und das Halten von Reden vermittelt. Weiterhin wird der bewusste Umgang mit Körpersprache, Atmung, Stimme, Gestik und Haltung geübt. Rollenspiele und Übungen stärken das Selbstbewusstsein der Teilnehmerinnen, die am Ende des Seminars eine kurze freie Rede halten.

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 16 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 12106714

Bildungsurlaub

Rhetorik- und Kommunikationstraining für Frauen

Grundseminar
Jede Frau kennt die Situation, sich in ein Gespräch einzubringen, eine Diskussion bestreiten oder eine Rede/kleine Ansprache halten zu wollen. Nicht jeder fällt es leicht, das zu ihrer eigenen Zufriedenheit zu bewältigen.
In diesem Seminar wird an Redehemmungen und Sprachängsten gearbeitet, um zu einem selbstbewussten sprachlichen Auftreten zu finden.
Viele praxisnahe Übungen geben Tipps und Hilfestellungen zum freien Reden, zum wirkungsvollen Äußern in Diskussionen und zum sicheren Moderieren von Gesprächsrunden.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6921

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Else-Maria Christensen
Anmeldung bis 13.05.2013
Mo, 17.06.13, 08:30 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 150,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00100701

Wochenendseminar

Kommunikationstraining

Wie sage ich es am Besten?
Wie wirke ich auf andere, wenn ich spreche?
Wie kann ich mich genauer ausdrücken?
Der Partner, die Kinder, meine Freundin oder der Kunde - Gesprächsanliegen werden geübt und geprobt.
Im Kommunikationstraining wird Raum geboten für die Neugestaltung von Gesprächsstrukturen, das eigene Kommunikationsverhalten wird erforscht und erweitert .
Rollenspiele und praktische Trainingseinheiten sind Teil eines interessanten und lebendigen Lernprozesses. Ziel des Trainings ist das Erlernen einer einfachen, einfühlsamen und klaren Kommunikation.
Freitag 18:30 - 20:30 Uhr, Samstag Beginn: 10:00 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 1652920

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Dorothea Lang
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.03.13, 18:30 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 40,00 €,
Kleingruppe: 50,00 €
Kursnummer: 23107001

Grundlagen der Kommunikation

„Hinterher fällt mir immer ein, was ich hätte sagen können!“
Menschen kennen lernen, mit Vorgesetzten reden, Konfliktgespräche führen, argumentieren, schlagfertig reagieren, gute Gespräche führen zu können, gilt als wichtige Sozialkompetenz. Und das mit Recht! Die passenden Worte ebnen Wege, wirken sympathisch und zaubern Lösungen für kritische Situationen herbei.
- Zuhören lernen
- Hören, interpretieren, bewerten
- Achtsame Kommunikation
- Argumentations- und Fragetechniken
- Schwierige Gespräche, schwierige Zeitgenossen?

In lockerer Atmosphäre wird in kleinem Kreis praxisnah geübt. Vorschläge und Fragen der TeilnehmerInnen sind erwünscht.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9874570

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Edith Eva Tholen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.03.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 72,00 €,
Kleingruppe: 82,00 €
Kursnummer: 04107010

Wochenendseminar

Argumentieren (Intensiv-Wochenendseminar)

Welche Vorteile hat es, wenn ich gut argumentieren kann?
Keine Frage: Unser Leben wird immer komplizierter.
Wenn wir im Dunkeln tappen, kann uns logisches Argumentieren dabei unterstützen, kluge Entscheidungen zu treffen. Wenn wir lernen darauf zu achten, wie Meinungen und Behauptungen begründet werden, nehmen wir nicht jede Äußerung für bare Münze. Wir überprüfen, ob Informationen korrekt sind. Wir können unseren Standpunkt auf faire Art besser durchsetzen, wenn wir präzise formulieren und klar begründen.
Fr. 17 - 19:15 Uhr, Sa., 10 - 17:30 Uhr, So., 10 -12:15 Uhr;
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9874570

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Edith Eva Tholen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 24.05.13, 17:00 Uhr
3 U-Tage, 16 U-Std., 60,00 €
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04106010

Vortrag

Trennung - was nun?

Dieser Vortrag soll all denjenigen eine Hilfestellung zu wichtigen Rechtsfragen bieten, die beabsichtigen, sich zu trennen oder gerade die Trennung eingeleitet haben. Dabei werden nicht nur Ehepaare, sondern auch nichteheliche Lebensgemeinschaften angesprochen. Zentrale Themen dabei sind die Zuweisung der ehelichen Wohnung, der Hausrat, Unterhaltsfragen, Vermögensregelungen und das Scheidungsverfahren.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 707550

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Ivonne Beneke
Mi, 29.05.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12116002

Vortrag

Scheidungs- und Trennungsrituale

Wege zum Abschied
Die Hochzeit, das Kennenlerndatum - solche Tage bleiben markant im Gedächtnis und werden aufwändig gefeiert als Schritte in eine neue Lebensform, die mit den Feiern und mit Ritualen gesegnet werden. Die Verdrängung des Endlichen - von Tod, Krankheit, Verlust - in unserer Gesellschaft bringt es mit sich, dass die Emotionalität des Abschieds ins Private verdrängt wird. Die Idee ist, auch diesen Prozess öffentlich zu machen und zu feiern. Der Abschied als Paar voneinander ist ebenfalls ein Schritt in einen neuen Lebensabschnitt. Es ist der Prozess, sich frei zu lassen und damit auch das Vergangene zu würdigen. Ein Vortrag über die Wichtigkeit und Sinn von Ritualen zum Loslassen.
Um Anmeldung wird gebeten;
Spez. Fragen z. Kurs: 04258 983052

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Algeth Ernestine Weerts
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Kursnummer: 04106012

Vortrag

Trennungsrituale

Trennung und Scheidung sind für Paare und Familien traumatische Erlebnisse. Es ist wie ein Trauerfall, denn es ist etwas Wertvolles gestorben. Hoffungen, Träume und Geborgenheit sind zerstört.
Was kann helfen, nach angemessener Trauerzeit wieder nach vorne zu schauen und sich für ein neues Leben zu öffnen?
Es gibt Rituale für die Hochzeit, für die Taufe, für die Beerdigung. Rituale können helfen, der Lebenssituation einen heilsamen Boden zu geben und die Situation selbstverantwortlich anzunehmen. Trennungsrituale sind eine Kultur, die es neu zu entwickeln gilt. Dieser Vortrag klärt darüber auf, was zu einem Ritual gehört und wie es wirkt. Mögliche Modelle von Trennungsritualen werden vorgestellt und erläutert. Spez. Fragen z. Kurs: 04242 3717

Syke, Stadtbibliothek, Hinrich-Hanno-Platz 1
Dr. Gertraud Matthies
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 25.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23107004

Wochenendseminar

Trennungen überwinden (Intensiv-Wochenendseminar)

Eine Trennung kann eine schwere Krise bedeuten. Das Vertrauen in sich selbst und andere ist dahin, das Selbstbewusstsein auf den Nullpunkt gesunken. Das bleibt nicht ohne Folgen. Die einfachen Dinge des Lebens funktionieren nicht mehr und es entsteht ein Teufelskreis, der kraft- und mutlos macht. Ich möchte Ihnen zeigen, wie Sie diesen Teufelskreis durchbrechen können.
Dadurch können Sie neue Lebenskraft schöpfen und sich zukünftig für die eigenen Belange einsetzen.
Fr. 17 - 19:15 Uhr, Sa., 10 - 17:30 Uhr, So., 10 -12:15 Uhr;
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9874570

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Edith Eva Tholen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 14.06.13, 17:00 Uhr
3 U-Tage, 16 U-Std., 60,00 €
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04106011

Rituale der Trauerarbeit und Sterbebegleitung

In unserer Gesellschaft gibt es keine verbindliche Form für den Umgang mit dem Sterben und dem Tod. Oft fehlt in den Familien das Wissen darum, was früher von Generation zu Generation weitergegeben wurde. Der Tod wird tabuisiert und wir stehen ihm oft hilflos gegenüber. Dadurch wird es schwer für uns Menschen, würdevoll zu sterben oder sterbende Menschen auf ihrem letzten Weg zu begleiten.
Wir müssen in unserer multikulturellen Gesellschaft einen neuen Umgang mit dem Sterben finden. Dies wirft Fragen auf, die in diesem Kurs beantwortet werden.
Der Kurs ist für Menschen gedacht, die berufsbedingt mit dem Sterben zu tun haben und für alle anderen, die ein privates Interesse an diesem Thema haben.

Tagesseminar
Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Jean-Paul Beffort
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 10 U-Std., 39,00 €,
Kleingruppe: 44,00 € inkl. Pausenkaffee und Mittagessen
Kursnummer: 02107004

Vortrag
Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Jean-Paul Beffort
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 05.06.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12107004

Vortrag

Hilfe für Betroffene von Gewalt in Paarbeziehungen

Was Angehörige und Freunde tun können - in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten
Wer Gewalt in der Partnerschaft erlebt, kann meist kein Verständnis von Außenstehenden erwarten. Kopfschüttelnd wird registriert, dass das Gewaltopfer scheinbar untätig in der Situation verharrt.
Themen des Vortrag sind:
Warum fällt es Betroffenen oft schwer, den Partner zu verlassen?
Wie können Gewaltopfer Eskalation verhindern?
Wie können Außenstehende Gewaltopfer wirkungsvoll unterstützen?
Was sollte im beruflichen Umgang mit Gewaltopfern unbedingt beachtet werden?
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9874570

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Edith Eva Tholen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 04100007

Tagesseminar

Sterbebegleitung und Trauerarbeit

für Mitarbeiter/innen in Pflegeberufen
Sterben und Tod sind Themen, denen wir im Privatleben lieber ausweichen, die wir auf später vertagen.
Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Pflegeberufen können das nicht, sie sind direkt mit sterbenden Menschen konfrontiert.
Das Seminar ist nicht nur für Mitarbeiter/Innen der Pflegeberufe konzipiert, sondern auch für alle Interessierten oder Angehörige.

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Jean-Paul Beffort
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 13.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 30,00 €, Kleingruppe: 35,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04107003

Weyhe-Kirchweyhe, KGS, Aula, Hauptstr. 99
Jean-Paul Beffort
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.07.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 30,00 €, Kleingruppe: 35,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12107001

Vortrag

Dynamik der Geburt

Pränatale Psychologie
Die Geburt ist - neben dem Sterben - eines der größten Geheimnisse des menschlichen Daseins. Obwohl wir alle durch diesen Prozess des Geboren-Werdens hindurchgegangen sind, bleiben für uns immer noch viele Fragen offen.
Diese Fragen, die jeden von uns betreffen, werden wir ausführlich an dem Abend besprechen. Grundlage für diesen Vortrag sind die „Vier Perinatalen Matrizen“ nach Stanislav Grof (Buch „Geburt, Tod und Transzendenz“).
Der Vortrag ist besonders für Hebammen und Geburtshelfer geeignet.
Wir bitten um Anmeldung.

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Jean-Paul Beffort
Do, 07.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 8,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04107002

Vortrag

Vom Fühlen und intelligenten Gefühlen

Wie wir mit unseren Gefühlen umgehen
Gefühle sind die Bewegungen des Lebens, die uns durchströmen und uns im Fühlen ein Bewusstsein unserer Existenz verschaffen. Oft können wir mit den Gefühlen nichts anfangen, weil wir nie gelernt haben, mit ihnen umzugehen oder wir kontrollieren und unterdrücken sie über den Verstand. Trauer kann uns z. B. „hinwegschwemmen“ oder sie wird mit Schwäche verwechselt - „ein Indianer weint nicht“. Sogar angenehme Gefühle - Freude, Lust, Berührtsein - dürfen wir manchmal nicht zulassen. Der Vortrag zeigt, wie wir wieder einen gesunden Zugang zu unseren Empfindungen finden und die Intelligenz der Gefühle nutzen.
Anmeldung erforderlich!

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Jean-Paul Beffort
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 14.05.03, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,00 €
Kursnummer: 12107003

Tagesseminar
Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Jean-Paul Beffort
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 08.06.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 04107001

Vortrag

Das innere Kind

An diesem Abend wird anhand vieler Beispiele aus der Praxis der Familientherapie erklärt, wie die Heilung des „Inneren Kindes“ unsere Lebensqualität, Gesundheit, Beziehungsfähigkeit und Kreativität nachhaltig positiv beeinflussen kann. Es gibt dafür auch einfache Anregungen, die im Alltag umsetzbar sind.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 3717

Syke, Stadtbibliothek, Hinrich-Hanno-Platz 1
Dr. Gertraud Matthies
Di, 05.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23107003

Tagesseminar

Kontakt zum inneren Kind

Wir alle tragen ein inneres Kind in uns, ein Teil unserer Persönlichkeit der sich in Spontanität, Kreativität, Neugierde, Abenteuerlust, Instinkt, Unschuld, und Empfindungsfähigkeit, zeigt, als Ausdruck von Lebendigkeit. Durch viele verschiedene Erfahrungen in der Kindheit wird dieser Teil der Persönlichkeit in zwei Teile gespalten. Ein Teil beginnt zu kontrollieren und vernünftig zu sein (der Erwachsene), der andere Teil muss sich zurückhalten. So geht uns ein wesentlicher Teil an Lebendigkeit verloren.
In diesem Tagesseminar werden wir über Fantasiereise, Inneren Dialog und Bewegung dem inneren Kind begegnen und lernen den Kontakt mit ihm aufrecht zu halten.
Bitte mitbringen: Decke, Kissen, bequeme Kleidung und Malutensilien.

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Jean-Paul Beffort
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 04.05.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 04107005

Tagesseminar

Manipulationen erkennen und abwehren

Fast jeder wurde schon einmal Opfer einer Intrige oder ist mit kommunikativen Tricks überrumpelt worden. Vielleicht fragen Sie sich dann etwas verwirrt hinterher, wieso Sie etwas gekauft, eine Arbeit übernommen oder gegen Ihre eigentlichen Absichten gehandelt haben. Werbeleute, Politiker und professionelle Verkäufer beherrschen die Gesetze der Manipulation. Wenn Sie sich vor dieser Menschenbeeinflussung schützen wollen, sollten Sie die Methoden (er) kennen. Dazu untersuchen wir Ihren beruflichen und privaten Alltag und spüren auf, wie und womit Sie für andere leicht lenkbar sind und wie Sie das zukünftig verhindern können.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9874570

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Edith Eva Tholen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 30,00 €
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 04106003

Wochenendseminar

Manipulationen erkennen und abwehren (Intensiv- Wochenendseminar)

Fortsezung des Tagesseminars
Fr. 17 - 19:15 Uhr, Sa., 10 - 17:30 Uhr, So., 10 -12:15 Uhr;
Unterricht am Sa/So im Gesundheitsraum
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9874570

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Edith Eva Tholen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.03.13, 17:00 Uhr
3 U-Tage, 16 U-Std., 60,00 €
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04106004

Tagesseminar

Sich endlich durchsetzen!

Ein Tag für mich ...
Es sollte mal jemand wagen, Ihre Kinder anzugreifen - der könnte aber etwas erleben! Sie lassen es nicht zu, dass schlecht über Ihre beste Freundin gesprochen wird und Ungerechtigkeit können Sie nicht ertragen. Aber wie sieht es aus, wenn es um Sie selbst geht? Trauen Sie sich, nahe stehenden Menschen einen Wunsch abzuschlagen? Äußern Sie klar Ihre Bedürfnisse und Wünsche? Sprechen Sie Konflikte an? Oder schweigen Sie lieber und schlucken Ärger und Enttäuschung hinunter, um die Harmonie nicht zu gefährden? Vielleicht möchten Sie lernen „Nein“ zu sagen, wissen aber nicht wie?
Sich selbst zu behaupten ist erlernbar.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9874570

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Edith Eva Tholen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 30,00 €
Kursnummer: 04106008

Wochenendseminar

Sich endlich durchsetzen (Intensiv-Wochenendseminar)

Fortsetzung des Tagesseminars
Fr. 17 - 19:15 Uhr, Sa., 10 - 17:30 Uhr, So., 10 -12:15 Uhr;
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9874570

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Edith Eva Tholen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 17:00 Uhr
3 U-Tage, 16 U-Std., 60,00 €
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04106009

Tagesseminar

Konfliktlösung

Das menschliche Miteinander wechselt zwischen ruhigeren und angespannten Phasen. Gerade unter Stress geraten Menschen aneinander, die sich sonst vielleicht gut verstehen. Wenn Meinungsverschiedenheiten nicht geklärt, kleinere Probleme nicht gelöst werden, dann können sich daraus Konflikte entwickeln. Dann gilt es, folgende Fragen zu beantworten:
Welche Art von Konflikt liegt vor? Sollte ich etwas unternehmen oder besser nicht? Was kann ich unternehmen? Was gilt es unbedingt zu vermeiden, um nicht alles noch schlimmer zu machen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9874570

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Edith Eva Tholen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 30,00 €
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 04106005

Wochenendseminar

Konfliktlösung (Intensiv-Wochenendseminar)

Fortsetzung des Tagesseminars
Fr. 17 - 19:15 Uhr, Sa., 10 - 17:30 Uhr, So., 10 -12:15 Uhr;
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9874570

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Edith Eva Tholen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.03.13, 17:00 Uhr
3 U-Tage, 16 U-Std., 60,00 €
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04106006

Wochenendseminar

Ich bin- ich kann- ich will

Selbstsicherheit ist der Schlüsel zum Erfolg
Haben Sie auch häufig das Gefühl von anderen übervorteilt zu werden? Lassen Sie sich leicht von eigenen Entschlüssen abbringen? Fällt es Ihnen schwer Entscheidungen zu treffen? Unsicherheit und Ängste führen oft zu Minderwertigkeitsgefühlen, fehlendem Durchsetzungsvermögen und sozialem Rückzug. Sie behindern selbstbestimmtes Handeln und schwächen die Ausstrahlungskraft. Machen Sie Schluss damit! Werden Sie sich über den Wert Ihrer Persönlichkeit bewusst und übernehmen Sie Verantwortung für ein Leben in eigener Regie.
Es werden Methoden und Techniken zur Stärkung des Selbstwertgefühls vorgestellt. Sie erfahren, wie Sie eigene Unsicherheiten und Ängste erkennen und bewältigen können.
Sa. 9:00 - 16:00 Uhr; So. 10:00-14:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 893827

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Sonja Pade
Info und Anmeldung: Wochenendseminar
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 13.04.13, 9:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 40,00 €
Kursnummer: 12107002

Frauen

„Jetzt rede ich!“ Gesprächskreis für Frauen mit Migrationshintergrund

Im Mittelpunkt stehen „alltägliche“ Themen: Kindererziehung, Kindergarten, Schule, menschliche Beziehungen, kulturelle Unterschiede usw. Wir stellen Fragen, tauschen uns aus und üben eigene Positionen zu entwickeln und zu vertreten.
Anke Harzmeier, Gleichstellungsbeauftragte, Tel. 04271 8820
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 3873

Sulingen, Grundschule, Schmelingstraße
Margarethe Dünckmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 01.01.13, 10:00 Uhr
17 U-Tage, 51 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 22100702

Frau-Sein - Mann-Sein

Konflikte und Verständnis in Beziehungen
In unseren Beziehungen existiert ein Potenzial von Angenommen-Sein, aber auch von Wachstum und tiefer Nähe. Doch wie kommt es, dass dieses Potenzial kaum gelebt wird?
Um Anmeldung wird gebeten;

Vortrag
Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Jean-Paul Beffort
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 8,50 €
Kursnummer: 04107006

Tagesseminar
Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Jean-Paul Beffort
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 04107007

Wochenendseminar

Persönliche Planungen (Intensiv-Wochenendseminar)

Sie haben sich schon öfter Dinge vorgenommen und nicht erreicht - und setzten sich jetzt lieber keine Ziele mehr, weil Sie meinen, dass es doch nicht funktioniert? Sie möchten private oder berufliche Veränderungen - aber Sie wissen nicht so recht was und wie?
Schenken Sie Ihren persönlichen Planungen einen Tag Aufmerksamkeit. Einen Tag, an dem Sie sich besser kennen lernen und Ziele und Wege finden, die zu Ihnen passen und die Sie beflügeln. Träumen ist erwünscht - außergewöhnliche Ideen auch. Sie werden zukünftig Ihre Ziele erreichen, weil Sie es wollen und können.
Und..es macht Spaß! Versprochen!
Fr. 17 - 19:15 Uhr, Sa., 10 - 17:30 Uhr, So., 10 -12:15 Uhr;
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9874570

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Edith Eva Tholen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 21.06.13, 17:00 Uhr
3 U-Tage, 16 U-Std., 60,00 €
Kursnummer: 04107008

Wochenendseminar

Mein Platz im Leben

Wo stehe ich jetzt und wie soll es weiter gehen? Lebe ich mein Leben in für mich stimmiger Weise? Oder fühle ich mich wie festgefahren und von alten Mustern fremdbestimmt?
Es geht um Fragen nach Partnerschaft, Familie, Beruf, Gesundheit und Selbstfindung. Wir arbeiten mit Familienaufstellungen, systemischen Skulpturen und Ressourcen der Gruppenarbeit.
Das Seminar lädt ein, Kontakt zu sich selbst aufzunehmen und die Begegnung mit dem Du und dem Wir als Heilkraft zu erfahren. Es ist ein selbstverantwortlicher Beitrag zur Gesundheitsfürsorge für Körper, Geist und Seele.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 3717

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Dr. Gertraud Matthies
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13
3 U-Tage, 20 U-Std., 210,00 € inkl. Übernachtung und Verpflegung. EZ zzgl. 22,00 €
Kursnummer: 02107005

Wochenendseminar, Frauen

Insel der Frauen

Infos siehe vorherige Veranstaltung.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Dr. Gertraud Matthies
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13
3 U-Tage, 20 U-Std., 195,00 € inkl. Übernachtung und Verpflegung. EZ zzgl. 22,00 €
Kursnummer: 02107701

Frauen

Ich finde mich schön. Mut zum eigenen Typ!

Sich selber schön zu finden, stärkt das Selbstbewusstsein ungemein und maximiert die Lebensfreude. Doch Schönheit ist keine Frage von Jugend, Idealmaßen oder des richtigen „Outfits“, sondern der Mut zum eigenen Typ. Dieses Seminar vermittelt keine Typ- oder Farbberatung im klassischen Sinn. Wir finden gemeinsam für jede Frau heraus: Was bringt sie zum Strahlen? Welche Anteile in ihr sollen leuchten? Welchen-Typ Frau möchte sie verkörpern? Sie haben dabei in diesem Seminar die Chance, sich in sich selbst und in das eigene Spiegelbild zu verlieben.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 936548

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Helke Hoff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 02.03.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 16 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 12107708

Frauen

Rund und schön - kein Widerspruch!

Rund und schön, das ist kein Widerspruch, sondern eine Herausforderung, den eigenen Körper und dessen Vorzüge optimal zur Geltung zu bringen. In diesem Seminar geht es um das Erspüren folgender Fragen: Was bringt mein Innerstes zum Strahlen? Was möchte ich nach außen darstellen und verkörpern? Dieser Kurs zeigt Ihnen, wie Sie sich selbst und Ihren Körper annehmen und sich dem Leben mit Ihrer ganzen Pracht, Schönheit und Fülle zeigen. Sie benötigen lediglich etwas Mut, sich einmal neu anzuschauen und auszuprobieren!
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 936548

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Helke Hoff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 16 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 12107709

Wochenendseminar

Mental-Training (nicht nur) für Reiter/-innen

Wie oft haben sie sich schon gefragt, warum Sie trotz ständigen Reitunterrichts immer an ähnlichen Punkten scheitern, ihr Pferd einfach nicht so mitmacht wie Sie es sich wünschen.
Unsere innere Haltung , Überzeugungen und Werte beeinflussen unsere Motivation, unser Tun und Handeln. Sie entscheidet zu einem großen Teil darüber, ob der Ausritt ein Vergnügen und das Turnier ein Erfolg wird.
Mental-Training ist nicht einfach nur positives Denken, es beinhaltet sehr viel mehr. Lassen Sie sich überraschen, wie Sie sich über Ihre Emotionen und Gedanken positiv unterstützen können, um (mit Ihrem Pferd) zu erreichen, was Sie möchten.
Termine: Fr., 22.02. 18 - 21:15 Uhr, Sa., 23.03., 10 - 17:30 Uhr, So., 24.02., 10 - 12:15 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 04255 9989997

Martfeld, Kleinenborstel 70, Seminarraum
Dagmar Fuchs
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 22.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 15 U-Std., 37,50 €,
Kleingruppe: 47,50 €
Kursnummer: 04107014

Wochenendseminar

Anti-Stress-Strategien

Stress scheint eine unliebsame Begleiterscheinung des modernen Lebens zu sein. Kaum ein Mensch bleibt in seinem Leben- wenigstens zeitweise - davon verschont. Zuviel Stress führt jedoch zu erheblichen Belastungen und macht auf Dauer krank. Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, sinnvolle Strategien zum Stressabbau kennenzulernen und auszuprobieren. Neben verschiedenen hilfreichen Übungen - Atem, Bewegungs- und Entspannungsübungen -, werden Bewältigungsstrategien aufgezeigt, die es ermöglichen den Stressoren Ihres Lebens wirksam zu begegnen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 893827

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Sonja Pade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.02.13, 9:00 - 16:00 Uhr
S0, 24.02.13, 10:00 - 14:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 12107006

Für die „gute Seele“- kleine Freitagsseminarreihe

Freitagabend. Jetzt in Ruhe etwas für sich tun! Ein Abend vor dem Wochenende, um zur Ruhe zu kommen, zur Besinnung und gleichzeitig neue Erkenntnisse zu entwickeln. Jeder Abend steht unter einem Märchenmotto, das Nachdenkliches und Entspannendes bietet, um neue Kräfte zu schöpfen.

Drei kleine Abendseminare mit einer Mischung aus Übungen, Meditationen, Fantasiereisen und Entspannung, Visionsarbeit, Rollenspiele, Anteile aus Systemischer Aufstellung. Spez. Fragen z. Kurs: 04258 983052

Mit Algeth Ernestine Weerts, Veranstaltungsort:

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55

Entgelt pro Abend: 10,00 €. - Wir bitten um Anmeldung bis jeweils 10 Tage vor Beginn.

Dornröschen

Dornröschen schläft; was träumt sie und was wird, wenn sie aufwacht? Spüren Sie dem nach, um neue Wege nach langer Ruhe zu gehen und den Rhythmus von Stille und Aktivität in Ihrem Alltag zu finden.

Fr, 22.02.13, 19:30 Uhr
Kursnummer: 04100701

Der Froschkönig

Kennen Sie dies Märchen wirklich? Lernen Sie den Frosch aus anderen Perspektiven kennen, wenn Sie das „Richtige“ finden und in Ihren Alltag integrieren möchten.

Fr, 19.04.13, 19:30 Uhr
Kursnummer: 04100702

Aschenputtel

Aschenputtel ist versteckt in ihrer Rolle; sie wird erwählt und belohnt für ihre „gute Führung“. Vielleicht bietet das Leben ganz neue Rollen und Möglichkeiten, wenn Sie einfach mal was anders machen?

Fr, 03.05.13, 19:30 Uhr
Kursnummer: 04100703

Philosophie, Religion

Arbeitskreis

Philosophie U30

für Schüler und Nichtschüler
Dieser Arbeitskreis bietet für alle ein Forum, die sich mit philosophischen Themen beschäftigen möchten. Über folgende Themen wollen wir philosophieren: die Metaphysik, die Suche nach der Wahrheit, den Autor, Kants Kritiken, die Dialektik, das Spiel, das fremde Leben und über das Museum.
Weitere Termine: Do. 21.02., 07.03., 04.04., 18.04., 02.05., 16.05. und 30.05.13.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 823720

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Meri Köpsel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:00 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03107010

Vortrag

Selbsterfahrung Pilgern

Ein Bericht mit einem Bildervortrag von persönlichen Pilgererfahrungen auf dem schweizerischen und spanischen Teil des Jakobsweges. Tipps und Antworten für Interessierte und Teilnehmende, die selbst überlegen zu pilgern, haben die Gelegenheit etwas über die physischen und psychischen Grenzerfahrungen beim Pilgern zu hören und sich auszutauschen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 4861

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Rosemarie Ipse
Mi, 13.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12108004

Vortrag

Mit Schwert und Soutane

Fromme Männer zogen in die Wildnis, machten das Land urbar und brachten den hier lebenden Menschen den neuen Glauben. Das ist die gebräuchliche Erklärung für Klostergründungen - auch für das Kloster Heiligenberg. Es war aber ganz anders - ganz besonders auf Heiligenberg. Warum kam der Kanoniker-Orden dann hierher? Um der noch immer im Nebel der Geschichte verschwundenen Antwort näher zu kommen, lädt der Journalist Hans-Jürgen Wachholz zu einer Reise in eine Zeit ein, die von verwirrenden, schnell wechselnden Machtkonstellationen sowie politischen Weichenstellungen geprägt war, die bis in die Gegenwart nachwirken. Dabei erscheint die Gründung des Prämonstratenser-Stifts Heiligenberg in einem Licht, das sich deutlich von dem kirchengeschichtlicher Verklärung unterscheidet. Und nebenbei erwachsen daraus neue Thesen zum Hintergrund des etwa zeitgleichen und ebenso geheimnisumwitterten Auftauchens des Grafen von Hoya.
Wir bitten um Anmeldung;
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 2117

Bruchhausen-Vilsen, Die Scheune, Brautstr. 16
Hans-Jürgen Wachholz
Do, 07.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Kursnummer: 04100017

Winterseminarreihe im Gemeindehaus in Schwarme

„So viel du brauchst…“

in Kooperation mit den Kirchengemeinden Martfeld und Schwarme
Die Veranstaltungen finden jeweils im Gemeindehaus in Schwarme statt.
Sie sind entgeltfrei, um Anmeldung wird gebeten.

„Gottes Schöpfung oder unsere Welt - Wie viel Erde braucht der Mensch?“
Theologische Orientierung

Mi, 06.02.13, 20:00 Uhr
Kursnummer: 04100020

„Genuss und Ernährung - Welchen Stellenwert haben sie für uns?“
Ernährung/Fleischverbrauch/Tiere sowie Bedeutung und Kultur des Essens, Slow Food-Bewegung

Mi, 13.02.13, 20:00 Uhr
Kursnummer: 04100021

„Unser Klima: Wenn alle so leben und wirtschaften wie wir - was dann?“
Klimawandel und Folgen; Klimaschutzmaßnahmen
Referent: Reinhard Benhöfer, Fachreferent für Umweltschutz, Hannover

Mi, 20.02.13, 20:00 Uhr
Kursnummer: 04100022

„Auf der Suche nach dem rechten Maß - Wie kann es den Kindern und Enkelkindern besser gehen?“
Hoffnung, Zukunft und was man dafür tun kann

Mi, 27.02.13, 20:00 Uhr
Kursnummer: 04100023

Tagesseminar

Religion und Staat in Geschichte und Gegenwart zwischen Glauben und Macht, Toleranz und Gewalt

Kaiser und Papst waren im „alten Heiligen Römischen Reich deutscher Nation“ die Inhaber der Staatsmacht. Die weltliche Macht der Päpste und die Staatsgewalt des Kaisers ließen Rechtsvorgänge zu, in den Aberglaube, Angst und Scheiterhaufen eine tiefe Rolle spielten. Insbesondere der bei der Staatsmacht und bei der Kirche liegende zum Teil graussame Strafvollzug waren die größten „Maßnahmen des Bösen“, deren Einsätze die Reformation und die Kirchenspaltung einleiteten. Das Ende war der Dreißigjährige Krieg, eine Katastrophe der Nation und ein Schlachtfeld im ganzen Kaiserreich. Wir wollen diese großen Geschichtsereignisse analysieren und nach Ereignissen forschen, die bis in unsere neuen Zeit reichen.
Spezielle Fragen zum Kurs: 04242 2978.
Kostenbeitrag für Verpflegung.

Harpstedt, Hotel „Zur Wasserburg“
Helmut Kastens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 15.05.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 23101014

Die Weltreligionen

Seminare mit Mario Mann. Spez. Fragen z. Kurs: 04241 690846. Jeweils 2 Unterrichtstage mit 6 U-Stunden. Entgelte: 18,00 €, Kleingruppe 23,00 €. Unterrichtsort jeweils
Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz.
Wir bitten um Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn.

Einführung in den Islam

Der Kurs gibt einen geschichtlichen Überblick über die Entstehung des Islams und seine Grundlagen wie die fünf Säulen Pilgerfahrt, Fasten, Almosensteuer, Glaubensbekenntnis und Rituelles Gebet . Die Teilnehme/-iInnen lernen die die verschiedenen Richtungen innerhalb des Islams und die Scharia kennen.

Mi, 20.02.13, 19:00 Uhr
Kursnummer: 12109004

Einführung in das Judentum

Der Kurs führt in jüdische Glaubensgrundlagen und die Unterschiede zum Christentum ein. Die Teilnehmer/-innen lernen jüdische Feste und Traditionen und ihren religiösen Hintergrund kennen. Eine Führung durch die Bremer Synagoge kann im Anschluss stattfinden.

Mi, 06.03.13, 19:00 Uhr
Kursnummer: 12109005

Einführung in den Buddhismus

Der Buddhismus fasziniert seit einigen Jahrzehnten die der Gottessuche überdrüssigen und dennoch sinnsuchenden Menschen unseres Kulturkreises. Der Budismus kommt letztlich ohne Gottgestalt aus, lebt von der Suche nach der Erkenntnis in uns selbst und strömt so eine eigenartige Form von Mitgefühl aus. Dieser Kurs kann nur ein erstes Schauen auf den Ursprung des Buddhismus und seine Grundlagen bieten. Bei ausreichendem Interesse kann es auch vertiefende Folgekurse geben.

Mi, 10.04.13, 19:00 Uhr
Kursnummer: 12109003

Exkursion

Besuch der Bremer Synagoge

Termin und Treffpunkt werden den Interessierten schriftlich oder in der Presse mitgeteilt.

Bremen
Kursnummer: 12109006

Sonstige Veranstaltungen

Bootsführerschein

Prüfungsvorbereitung zum Sportbootführerschein See (SBF See)
Der amtliche Sportbootführerschein See ist ein international gültiger Führerschein, der zum Führen von Sportbooten auf Seeschifffahrtsstrassen mit einer Antriebskraft von mehr als 3,68 KW (5 PS) berechtigt. Der Lehrgang dient der Vorbereitung auf die theoretische und praktische Prüfung vor dem amtlichen Prüfungsausschuss. Es werden Kenntnisse aus den Fachgebieten Navigation, Seemannschaft, Gesetzes-, Wetter- und Motorenkunde vermittelt. Die praktische Ausbildung und die Prüfungen (Theorie und Praxis) werden in Bremen u.a. auf der Weser durchgeführt und ein Prüfungstermin findet nach Absprache mit den Teilnehmern statt.
Zusatzkosten für eine sportbootärztliche Untersuchung, Ausbildungsmaterial sowie Übungs- und Probefahrt ca. 195,00 € zzgl. Prüfungsgebühren von ca. 72,00 €.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2508

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Michael Schomaker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 19:00 Uhr
11 U-Tage, 33 U-Std., 115,50 €,
Kleingruppe: 125,50 €
Kursnummer: 12100006

Bootsführerschein: Prüfungsvorbereitung (Theorie) zum Sportseeküstenschifferschein (SKS)

Der SKS ist ein freiwilliges ,aber amtlich empfohlenes Zertifikat für das Führen von Yachten mit Motor und unter Segel in Küstengewässern (alle Meere bis 12 sm Abstand von der Festlandküste). Für das Chartern einer seegängigen Yacht genügt eigentlich der Sportbootführerschein See, wobei jedoch häufig die Vercharterung abhängig vom Revier auf den Nachweis von Kenntnissen auf dem Niveau des SKS bestehen. Es werden die Teilbereiche Wetterkunde, Navigation, Seemannschaft sowie Schiffahrtsrecht behandelt. Alle Themen bauen auf dem SBF See auf. Prüfungsvoraussetzung: Sportbootführerschein See (SBF See)
Über die Möglichkeit, im Anschluss die praktische Ausbildung/Prüfung zu erwerben, informiert Sie der Kursleiter.
Voraussetzung: Sportbootführerschein See.
Nebenkosten: ca. 150,00 € Ausbildungs- und Prüfungsmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren von ca. 72,00 €.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2508

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Michael Schomaker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 03.04.13, 19:00 Uhr
15 U-Tage, 45 U-Std., 175,00 €,
Kleingruppe: 185,00 €
Kursnummer: 12100011

Wochenendseminar

Sportbootführerschein See - Wochenendkurs

Für Sportfahrzeuge mit mehr als 11,4 KW (15 PS) wird auf den Seeschifffahrtsstraßen der Bundesrepublik Deutschland der amtliche Sportbootführerschein See benötigt. In diesem Vorbereitungskurs auf die Prüfung werden die Themen Navigation, Seeverkehrsrecht, Wetter und Seemannschaft behandelt. Die Prüfung, theoretisch und praktisch, findet beim Prüfungsausschuss Bremen statt. Zum Erwerb des Sportbootführerschein Binnen, im Anschluss an den SBF-See, informiert der Kursleiter.
Termine: 14.4. und 27.4.13
Zusätzlichen Kosten. ca. 200 Euro . Diese Kosten beinhalten das Unterrichtsmaterial, ein ärztliches Zeugnis, die Praxisausbildung und die Prüfungsgebühr.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 531878

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.2, Bahnhofsplatz
Andreas Bierstedt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 13.04.13, 10:00 Uhr
4 U-Tage, 32 U-Std., 112,00 €,
Kleingruppe: 122,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12100016

Sportbootführerschein Binnen

Motor/Segel 1
Der Sportbootführerschein Binnen (SBF Binnen) ist auf den Binnenschifffahrtsstraßen Deutschlands für Sportboote mit mehr als 11,4 KW (15PS) Motorleistung und weniger als 15m Länge vorgeschrieben. Er besthet aus den Teilen Motor und Segel. Er kann für beide Teile erworben werden oder nur für jeweils einen. Mindestalter unter Motor 16 Jahre, mit Segel 14 Jahre. Die Prüfung, theoretisch und praktisch findet beim Prüfungsausschuss Bremen statt. Für den SBF Binnen unter Segel (Theorie) gibt es einen Anschlusskurs. Die Praxis für den SBF Binnen unter Segel (Jollensegeln, 165 €) findet ab Mai auf dem Wieltsee statt. Über die Durchführung informiert der Kursleiter.
Zusätzliche Kosten: ca. 180,-€. Diese Kosten beinhalten das Unterrichtsmaterial, ärztliches Zeugnis, Praxisausbildung Motor und Prüfungsgebühr.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 531878

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.2, Bahnhofsplatz
Andreas Bierstedt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 19:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 59,00 €,
Kleingruppe: 69,00 €
Kursnummer: 12100017

SBF Binnen Segel

Ergänzungskurs zu SBF Binnen Motor
Die Praxis für den SBF Binnen unter Segel (Jollensegeln, 165 €) findet ab Mai auf dem Wieltsee statt. Über die Durchführung informiert der Kursleiter.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 531878

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Andreas Bierstedt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.03.13, 19:00 Uhr
2 U-Tage, 6 U-Std., 29,00 €,
Kleingruppe: 34,00 €
Kursnummer: 12100018

Funkschein: Prüfungsvorbereitung zum beschränkt gültigen Funkbetriebszeugnis (SRC)

Das Funkbetriebszeugnis (SRC) ist ein international gültiges Funkzeugnis. Es wird benötigt, um am weltweiten Seenot- und Sicherheitsfunksystem (GMDSS) und am Sprechfunk auf See mit UKW-Geräten teilnehmen zu dürfen. Es ist jede/r Schiffsführer/in gleichzeitig Funker/in und muss demnach ein solches Befähigungszeugnis nachweisen.
Nebenkosten: ca. 70,00 € Ausbildungs- und Prüfungsmaterial, zzgl Prüfungsgebühren von ca. 82,00 €.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2508

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.2, Bahnhofsplatz
Michael Schomaker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 18:30 Uhr
9 U-Tage, 27 U-Std., 90,00 €,
Kleingruppe: 100,00 €
Kursnummer: 12100009

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Michael Schomaker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 29.04.13, 18:30 Uhr
9 U-Tage, 27 U-Std., 90,00 €,
Kleingruppe: 100,00 €
Kursnummer: 12100010

Vortrag

Prüfungsvorbereitung zum Fachkundenachweis für Seenotsignalmittel (FKN)

Nahezu alle seegängigen Boote sind mit pyrotechnischen Seenotsignalmitteln ausgerüstet. Während Handfackeln und Rauchsignale ohne besondere Einschränkungen erworben und benutzt werden dürfen, ist die Handhabung und Verfügungsgewalt über eine Signalpistole oder Signalraketen der Kategorie dagegen nur gestattet, wenn ein Fachkundenachweis (FKN) nach dem Sprengstoffgesetz vorgelegt werden kann. Mittlerweile verlangen auch fast alle Vercharterer den Fachkundenachweis, weil sie sonst ihre Schiffe nicht an die Kunden abgeben dürfen. Dieser Kurs bereitet auf die im Yachtsport als „Pyroschein“ bezeichnete Seenotsignalmittelpüfung (FKN) vor.
Voraussetzung für die Prüfung: Sportbootführerschein See.
Anmeldung erforderlich!
Nebenkosten: ca.10,00 € Ausbildungs- und Prüfungsmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren von ca. 26,50 €.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2508

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Bahnhofsplatz
Michael Schomaker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 06.06.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 20,00 €,
Kleingruppe: 25,00 €
Kursnummer: 12100008

Sportbootfühererschein-Binnen/ Motor und Segeln

Dieser Kurs vermittelt die notwendigen Kenntnisse für das Führen eines Sportbootes unter Segeln sowie unter Motor. Neben Bootsbau, Bootspflege, seemännischen Arbeiten, segeltechnischen und praktischen Überlegungen sowie Fragestellungen zum Wetter beschäftigt sich der Kurs auch mit den gesetzlichen Bestimmungen, die für das Befahren der Binnengewässer maßgeblich sind. Am Ende des Kurses kann die Prüfung vor dem Prüfungsausschuß abgelegt werden.
Der Kurs beinhaltet lediglich die Theorie, die Praxisausbildung kann im Kurs organisiert werden.
Lehrbuch: Overschmidt/Gliewe: „Sportbootführerschein Binnen“

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:00 Uhr
7 U-Tage, 21 U-Std., 55,00 €,
Kleingruppe: 65,00 €
Kursnummer: 05100001

Sportbootführerschein-See

Wem die Wassersportreviere im Binnenland zu klein geworden sind, der kann in diesem Kurs die notwendigen Kenntnisse für das Befahren der Küstenreviere innerhalb der „SeeSchStrO“ mit dem Sportboot erwerben. Der Kurs dient als theoretische Vorbereitung für das erfolgreiche Bestehen der „Sportbootführerschein See“-Prüfung vor einem amtlichen Prüfungsausschuss. Der SBF-See ist auch die Vorraussetzung für den Sportküstenschifferschein (Segeln).
Es besteht die Möglichkeit, am Ende des Kurses an der theoretischen Prüfung teilzunehmen.
Die Praxisausbildung kann im Kurs organisiert werden.

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:00 Uhr
7 U-Tage, 21 U-Std., 55,00 €,
Kleingruppe: 65,00 €
Kursnummer: 05100002

Thema: „Sicher mobil“

Wir machen eine Radtour - aber sicher!
- Was sollte ich vor der Tour prüfen?
- Welche Regeln gelten beim Fahren in der Gruppe?
- Wie sollte eine Fahrradgruppe abgesichert sein?
- Können E-Bikes auch mitfahren?

Lächeln hilft immer weiter, denn Spass soll die Tour machen!
Der Dozent Siegfried Noß (Verkehrswacht Diepholz) lädt zum wiederholten Male in das Gemeindehaus der ev. Kirche ein. Bei Kaffee und Kuchen erläutert er Wichtiges und Wissenwertes rund um das Radfahren.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2801

Scholen (bei Sulingen), Gemeindehaus (an der B 61)
Siegfried Noß
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei inkl. Kaffee und Kuchen
Kursnummer: 16115001

Vortrag

Sicher auf dem Elektrofahrrad - Pedelec 25

Teil 1 Rechtslage und praktische Übungen - in Kooperation mit der Verkehrswacht und der Polizei
In diesem Seminar werden Sie durch erfahrene Moderatoren der Verkehrswacht Grafschaft Diepholz über die rechtlichen Besonderheiten von Elektrofahrrädern informiert. Auch die praktischen Erfahrungen mit allen Vorteilen durch die elektrische Unterstützung aber auch den Gefahren durch sehr unterschiedliche Ausstattungen von der Anfahrhilfe bis zur Zusatzbeleuchtung der Räder kommen nicht zu kurz.
Bringen Sie bitte Ihr eigenes Elektrorad und witterungsangepasste Kleidung sowie, soweit vorhanden, einen Radfahrerhelm mit. Sofern Sie noch kein eigenes Rad besitzen, teilen Sie dies bitte mit, da im begrenzten Umfang Leihräder zur Verfügung stehen.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2801

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Siegfried Noß / Wolfgang Rehling
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 17.04.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €, inkl. Kaffee, Tee und Kekse. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05115615

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Siegfried Noß / Wolfgang Rehling
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 29.05.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €, inkl. Kaffee, Tee und Kekse. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05115617

Vortrag

Sicher auf dem Elektrofahrrad - Pedelec 25

Teil 2 Praktische Übungen und gemeinsame Ausfahrt - in Kooperation mit der Verkehrswacht und der Polizei
In diesem Aufbauseminar erproben Sie Ihr Rad zunächst auf einem Übungsparcours und anschließend bei einer gemeinsamen Ausfahrt mit unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen.
Bringen Sie bitte Ihr eigenes Elektrorad und witterungsangepasste Kleidung sowie, soweit vorhanden, einen Radfahrerhelm mit. Sofern Sie noch kein eigenes Rad besitzen, teilen Sie dies bitte mit, da im begrenzten Umfang Leihräder zur Verfügung stehen.
Spez. Fragen z. Kurs:

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Siegfried Noß / Wolfgang Rehling
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 24.04.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €, inkl. Kaffee, Tee und Kekse. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05115616

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Siegfried Noß / Wolfgang Rehling
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 05.06.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €, inkl. Kaffee, Tee und Kekse. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05115618

Vortrag

Verkehrssituationen in unserer Stadt Diepholz und Neuerungen im Straßenverkehr

in Kooperation mit der Fahrschule König
Mario König wird an diesem Abend Ihre Fragen zum Verhalten bei besonderen Verkehrssituationen in der Stadt Diepholz, wie z. B. Aufpflasterung der Langen Straße oder Kreisverkehre, erläutern. Außerdem erklärt er kurz die wichtigsten neuen Verkehrsregeln, den neuen Bußgeldkatalog und beantwortet Fragen zum Begleiteten Fahren.
Spez. Fragen z. Kurs:

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Mario König
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 18.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 05115614

GPS mit Fahrrad

Wir lernen verschiedene Geräte und Systeme kennen und sammeln praktische Erfahrung damit. Ziel ist, einen Überblick zu erhalten und sich auf dem Markt zu orientieren.
Die Kurse wenden sich an Radfahrer, die den Umgang mit digitalen Landkarten für GPS-Geräte erlernen, oder sich vor einer Kaufentscheidung gründlich informieren möchten.

Twistringen, VHS, Brunnenstr. 5 A
Hanna Grundey
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 05.04.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 15,00 €
Kursnummer: 24110002

Sportfischerei-Schein

Der Sportfischerei-Schein berechtigt zum Angeln in allen Gewässern Deutschlands. Grundkenntnisse in der deutschen Sprache sind erforderlich.
2 Praxistermine mit je 2 U-Std. nach Absprache mit den Teilnehmenden.
Die Gebühr beinhaltet Prüfungsgebühr und Ausbildungsmaterial (41,00 €). Gebühr Erwachsene 129,00 € / Schüler u. Auszubildende 85,00 € (mind. Alter 14 Jahre).
Spez. Fragen z. Kurs: 0151 51701648

Bruchhausen-Vilsen, Schulzentrum
Ulf Lahmeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 9:00 Uhr
10 U-Tage, 44 U-Std., 129,00 €
Kursnummer: 04100018

Vortrag

Wie sichere ich mein Haus im Urlaub und wie schütze ich mich vor Trickdiebstahl

In Kooperation mit der Polizei Diepholz
Täuschungen und Lügen nutzen Straftäter, um ältere Menschen um ihr Erspartes zu bringen. In dieser Veranstaltung wollen wir über häufig angewandteTricks informieren und Hilfestellung geben, damit Sie nicht Opfer von Kriminellen werden und in ihren vier Wänden sicher leben können. Zudem informieren wir darüber, wenn doch einmal was passiert.

Ein Vortrag der Polizei des Landkreises Diepholz

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Hannelore Stricker
Termin wird in der Presse bekannt gegeben.
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 05116006

Tagesseminar

Restaurantknigge

Gutes Benehmen und das Beherrschen zeitgemäßer Umgangsformen sind „in“. Themen dieses Abends sollen sein:
- Tischkultur
- Small-Talk
- Benehmen im Lokal

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 893595

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Brigitte Stockmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 18:15 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 03106006

Tagesseminar

Knigge für Beruf und Leben

Gutes Benehmen und das Beherrschen zeitgemäßer Umgangsformen sind „in“. Themen dieses Tagesseminares sollen sein:
- Begrüßung
- Der erste Eindruck
- Verhalten bei Tisch
- Tischsitten und Tischregeln
- Restaurantbesuch
- Small-talk
- Vorstellung/Bewerbung

In der Mittagspause ist ein gemeinsames Essen in einem Restaurant geplant. Es entstehen zusätzliche Kosten von ca. 20,00 €.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 893595

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Brigitte Stockmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 9 U-Std., 19,80 €,
Kleingruppe: 24,80 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 03106005

Spiele- & Schach-Nachmittag für Kinder ab 8 Jahren und Jugendliche

in Kooperation mit dem Förderverein Stadtbücherei Twistringen e.V.
an jedem 1. Dienstag und 3. Donnerstag im Monat

Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Di, 05.02.13, 16:00 Uhr
entgeltfrei
Kursnummer: 24100002

Bridge macht ihrem Kopf Beine

Anfänger/-innenkurs
Bridge ist ein besonderes Kartenspiel, bei dem vergleichbar dem Schach logisches Denken gefragt ist. Das Spiel trainiert die geistige Fitness, fördert das partnerschaftliche Zusammenspiel und bietet eine Fülle von Strategien und Gestaltungsmöglichkeiten.
Spez. Fragen z. Kurs: 05443 1735

Lemförde, Schulzentrum
Renate Spreen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 19:30 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 35,20 €,
Kleingruppe: 45,20 €
Kursnummer: 14114002

Bridge

Bridge ist mehr als ein Kartenspiel. Es ist Denksport. Bridge fördert logisches, detektivisches und schnelles Denken. Bridge trainiert Geduld, Konzentration und partnerschaftliche Fähigkeiten.
Es macht den Kopf fit und ist spannender als ein Krimi. Überall auf der Welt finden Sie Menschen, mit denen Sie spielen können.
Es entstehen Materialkosten für die Schulungsmappe mit Reizung A-Einlage für 14 € und Entscheidungstabelle für 0,50 €
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 938243

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Monika Fischer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 17:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 04100008

Doppelkopf für Einsteiger/-innen

Doppelkopf ist ein altes deutsches Kartenspiel, das in Deutschland sehr verbreitet ist. Wann immer vier Leute beisammen sind, kann es gespielt werden. Hier können Sie die Grundkenntnisse erlernen.

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.2, Bahnhofsplatz
Jutta Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 19:00 Uhr
4 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €,
Kleingruppe: 29,00 €
Kursnummer: 12100001

Vortrag

BARF- Biologisch artgerechte Rohfütterung von Haustieren

Sie haben sich schon immer gefragt, ob BARFen für Ihren Hund oder Ihre Katze das Richtige ist? Kann man BARFen, wenn das Tier chronisch erkrankt ist? Dieser Vortrag soll Ihne eine Hilfestellung zur Berechnung des Tagesbedarfs, einer artgerechten Mahlzeit sowie die Möglichkeiten bei chronischen Erkrankungen aufzeigen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 576943

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Angela-Monique Müller
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 25.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Kursnummer: 12114023

Vortrag

Ganzheitliche Tiernaturheilkunde

Möglichkeiten und Grenzen
Verträgt Ihr Tier gewisse Medikamente nicht? Reagiert es immer empfindlich auf die Impfung? Sie haben einen Hund mit MDR-Defekt? - Dann nutzen Sie die alternative Medizin. Von Wurmkuren über Impfungen bis hin zu chronischen Krankheiten, aber auch bei akuten Erkrankungen kann man Vieles mit der Naturheilkunde für Tiere tun. Erfahren Sie mehr zu Akupunktur, Homöopathie, Eigenblut-Therapie und Blutegel-Therapie. Die Tiernaturheilkunde ist keine Alternative zur Schulmedizin, sondern sollte eine sinnvolle Ergänzung sein.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 576943

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Angela-Monique Müller
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 06.06.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12114022

Vortrag

Sachkundeprüfung für Hundehalter

Wir bitten um Anmeldung;
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 8049000

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Volker Feser
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23114014

Vortrag

Der Hund in unserer Gesellschaft

Die Referentin beschreibt in dieser Veranstaltung den Status des Hundes in unserer modernen Gesellschaft. Die Instrumentalisierung des Hundes in der menschlichen Gesellschaft zu mannigfaltigen Zwecken wirken sich positiv, aber auch negativ auf das Verhalten des Hundes aus.
Im Vortrag soll die Kommunikation des Hundes mit den Menschen verdeutlicht und Methoden aufgezeigt werden, die die Fähigkeiten des Hundes, des Raubtiers und Beutegreifers - wenn auch in modifizierter Form - zu nutzen, so dass dieser wieder eine artgerechte Auslastung finden kann.
Wir bitten um Anmeldung;
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 160662

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Angela E. Cepeda-Fuentes
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Kursnummer: 04114014

Vom Welpen zum erwachsenen Hund

Paarungsverhalten der Hunde,
Brutpflegeverhalten beider Elterntiere,
die Prägunsphasen, inkl. Sozialisierung und Habituierung,
Eingliederung in die menschliche Gesellschaft, Spiel u. Disziplin,
Pubertät und Reife, Rangordnungsphase, Rudelordnungsphase,
Kommunikation mit dem Menschen
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 160662

Bruchhausen-Vilsen, Schulzentrum
Angela E. Cepeda-Fuentes
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 21.02.13, 19:00 Uhr
4 U-Tage, 8 U-Std., 20,00 €,
Kleingruppe: 25,00 €
Kursnummer: 04114015

Jutta Witte
Fachbereichsleitung
Tel. 04242 976-4067
jutta.witte@vhs-diepholz.de

Anne-Marijke Treptow
Sachbearbeitung
Tel. 04242 976-4071
anne-marijke.treptow
@vhs-diepholz.de

2 Kulturelle Bildung

Fachbereichsthemen

Sommer-Akademie 116
Ausstellungen 120
Literatur, Theater 121
Kunstgeschichte, Bildende Kunst, Musik 126
Zeichnen 130
Aquarell-Malerei 131
Acryl-Malerei 132
Öl-Malerei 135
Drucken, Kalligraphie, Papier-Arbeiten 136
Holz-, Stein-, Flechtarbeiten, Schmieden 137
Töpfern 140
Fotografie 140
Tanz 144
Textiles Gestalten 145
Nähen, Mode 148

Sommer-Akademie

Kreative Wochen- und Wochenendseminare im Seminar- und Tagungshaus „Die Freudenburg“ in Bassum

19.07. - 09.08.2013

Anmeldung

bitte schriftlich bis **10.06.2013** an
VHS des Landkreises Diepholz
Nienburger Str. 5, 28857 Syke
Fax 04242 976-4942
E-Mail: vhs@vhs-diepholz.de

Es steht eine begrenzte Anzahl von Einzelzimmern (EZ), gegen Aufpreis von 11,00 € pro Nacht, zur Verfügung.

Die Seminarpreise „ohne Unterkunft, mit Verpflegung“ beinhalten Mittag- und Abendessen, davon abweichende Regelungen sind leider nicht möglich.

Rücktrittsbedingungen:

In begründeten Fällen kann die Anmeldung bis 6 Wochen vor Beginn der Veranstaltung schriftlich zurückgezogen werden. Bei später eingehenden Abmeldungen wird das volle Teilnahmeentgelt erhoben, sofern kein/-e Ersatzteilnehmer/-in benannt werden kann.

Wochenendseminar

„Zeichnen? Weil‘s Spaß macht!“

Das wahre Leben findet auf dem Papier statt
In diesem Kurs werden einerseits Grundlagen des Zeichnens vermittelt, andererseits soll er durch spielerische Impulse die Freude am Zeichnen beleben.
Das eigene Sehen, die perspektivische und räumliche Darstellung, Licht und Schatten, Proportion, Komposition, Formen und Farben können an diesem Wochenende im Zentrum stehen. Eigene Ideen und Vorhaben werden gern unterstützt.
Dieser Kurs ist für Anfänger/innen genauso wie für Fortgeschrittene gedacht. Ziel des Kurses ist es, die eigene Ausdruckskraft zu fördern und die Wahrnehmung von Farbe und Form zu sensibilisieren.
Fr, 19.07. - So, 21.07.13
Es entstehen Materialkosten.
Bitte mitbringen: Stifte aller Art, weiche Bleistifte, alle vorhandenen Malsachen, wie Aquarellkasten, Pinsel, Zeichenblock, Aquarellblock, Buntstift usw.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Heike Drewelow
Fr, 19.07.13, 17:00 Uhr
3 U-Tage, 20 U-Std., 190,00 €, inkl. Ü/VP, EZ-Zuschlag 22,00 €; 150,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00205015

Wochenendseminar

Schmuck aus Papier

ausgefallen - leicht - einzigartig
Papier spricht alle Sinne an, man kann es hören, fühlen, sehen und riechen. Es kann in hartem und weichem, nassem und trockenem Zustand bearbeitet werden. Wir fädeln, reißen, falten, reihen, nähen, stricken, knüpfen mit verschiedenen Papiersorten. Wir werden große und kleine Objekte erstellen und tragbaren Papierschmuck entstehen lassen. Schmückender Schmuck ist schmuck!
Mitzubringen sind: diverse Papiersorten, Garne, Drähte, Steck- und Nähnadeln, Bleistift, Schere, Pinsel und - falls vorhanden - einen Webrahmen und eine Nähmaschine. Papiersorten können auch im Kurs erworben werden.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Jutta Roche
Fr, 19.07.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 98,00 €, inkl. Ü/VP, EZ-Zuschlag 11,00 €, 79,00 € ohne Ü, mit Mittag- und Abendessen
Kursnummer: 00212002

Sommerliche Schreibwerkstatt: „Poesie ist fast nichts, aber das total.“

Probierstation Lyrik
„Poesie ist fast nichts, aber das total“, sagt der Dichter Wolf Wondratschek. In dieser Werkstatt möchte ich mich mit Ihnen auf die Spur dieses „Nichts“ begeben. Sie sind eingeladen, sich dem Phänomen „Lyrik“ lesend und vor allem schreibend zu nähern - mit Spaß und gut aufgehoben in der entspannten Atmosphäre der Freudenburg. Sie können sich in einfachen, aber wirkungsvollen Gedichtformen versuchen (das müssen nicht Elfchen und Haikus sein). Die „Tricks“ der Profis sind ein weiteres Thema. Und wenn Sie mögen, wackeln wir ein wenig am Sockel der „Großen“. Die bewährten Leserunden am Abend ermöglichen Ihnen längere Schreib- und Mußephasen tagsüber und Reaktionen aus der Gruppe auf das, was am Tage entstanden ist.
Teilnahmevoraussetzungen: Neugierde und die Lust am Schreiben.
Bitte bringen Sie ein Gedicht mit, das Ihnen besonders gut gefällt - und gerne auch eines, das Sie gar nicht mögen.

Di, 23.07. - Fr , 26.07.13
Es entstehen Materialkosten.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Uta Löffler
Di, 23.07.13, 12:00 Uhr
4 U-Tage, 30 U-Std., 285,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 33,00 €; 245,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00201011

Japanischer Farbholzschnitt

In diesem Workshop geht es um die traditionsreiche Technik des japanischen Farbholzschnitts, die sich auszeichnet durch den Gebrauch wasserlöslicher Farben und die Handabreibung ohne Druckpresse.
Das Verfahren ermöglicht eine zarte, nuancierte Farbigkeit, aber auch klassische schwarz-weiß Drucke. Mittelpunkt des Workshops ist die praktische Umsetzung eines Farbholzschnitts nach einem persönlichen Entwurf.
Jede Etappe wird ausführlich erklärt und begleitet, eine Einführung mit Beispielen beleuchtet den historischen und zeitgenössischen Kontext der zu erlernenden Technik.
Alle Werkzeuge stehen für die Dauer des Kurses zur Verfügung, jede/-r Teilnehmende erhält eine schriftliche Dokumentation.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!
Mo, 22.07. - Fr , 26.07.13
Es entstehen Materialkosten.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Miriam Zegrer
Anmeldung bis 03.06.2013
Mo, 22.07.13, 11:00 Uhr
5 U-Tage, 40 U-Std., 380,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 44,00 €; 290,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00205009

Gartenkeramik

Planung und Realisierung einer keramischen Arbeit für den Außenraum
Für alle, die gerne einmal eine größere keramische Arbeit für den Garten gestalten möchten. Es beginnt mit einer sorgfältigen Planung, über ein kleines Modell nimmt die Idee Gestalt an, danach beginnt der Aufbau der Gartenkeramik. Als Material steht ein ziegelroter, stark schamottierter Ton zur Verfügung, der, gut verarbeitet, dem Frost standhält. Farbliche Akzente können mit Sinter-Engoben und Engoben gesetzt werden. Vorkenntnisse in den Aufbautechniken sind nützlich, aber nicht Bedingung.
Mo, 22.07. - Fr, 26.07.2013
Es entstehen Materialkosten.

Bassum-Hallstedt, Töpferei
Heidrun Kohnert
Mo, 22.07.13, 10:00 Uhr
5 U-Tage, 52 U-Std., 195,00 €
Kursnummer: 00206022

Wochenendseminar

Papier in Form

Objekte und Bilder aus dem Werkstoff Papier
Der Werkstoff Papier ist künstlerisch ein vielseitig verwendbares Material, das sich sowohl zu zwei- als auch zu dreidimensionalen Kunstwerken verarbeiten lässt.
Wir arbeiten überwiegend mit frisch hergestellter Papierpulpe (Papierbrei) aus den Fasern Baumwolle, Hanf und der asiatischen Faser Abaca und schöpfen verschieden formatige Papierbögen, die wir zu individuellen Bildern und Objekten weiterverarbeiten.
Objekte entstehen z.B., indem wir das feuchte Papier auf ein Gerüst aus Drähten oder Ästen kaschieren. Beim Trocknen spannt sich das Papier und die Skulptur bekommt Halt.
Interessante Bilder mit oder ohne Relief können wir gestalten, indem beispielsweise Collagematerialien zwischen Papierschichten eingebettet werden oder durch das Malen mit farbigem Papierbrei (pulp painting).
Fr, 26.07. - So, 28.07.2013
Schürze, Gummistiefel, Gummihandschuhe, evtl. eigenes Collagematerial (wie interessante Papiere, Stoffreste oder Fotos)

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Cordula Kagemann
Fr, 26.07.13, 17:00 Uhr
3 U-Tage, 20 U-Std., 190,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 22,00 €; 150,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00206002

Wochenendseminar

Sandstein-Bildhauerei

Mit Sandstein wollten Sie (vielleicht) immer schon mal formen, um Skulpturen für Haus und Garten selbst herzustellen. Sie werden herangeführt an die Grundlagen der Sandsteinbearbeitung. Sie lernen das Besondere des Sandsteins kennen und welche Werkzeuge bei welchen Arbeitsschritten benutzt werden.
Ebenfalls bekommen Sie individuelle Hilfestellungen im Ideenfindungs- und Gestaltungsprozess und erfahren, was freies, gestalterisches Handeln ist. Sie stellen fest, dass es nicht so sehr auf Kraft, sondern eher auf lockere Ausdauer und Gelassenheit ankommt. Sie erleben, wie sehr der bereitgestellte individuelle Stein hilft, interessante Formen zu finden.

Japanischer Farbholzschnitt

Sie erleben, wie entspannend und erholsam es ist, sich für mehrere Stunden auf gestalterisches Arbeiten einzulassen und wie anregend und Freude bereitend das in einer Gruppe ist.
Fr, 26.07. - So, 28.07.13
Werkzeug und Material werden gestellt. Wenn vorhanden, bitte eine eigene Schutzbrille mitbringen. Kleidung: Gearbeitet wird im Freien, aber unter einem Dach. Im Entgelt ist der erste Sandstein enthalten. Die Steine haben eine im PKW transportierbare Größe.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Paul Winz
Fr, 26.07.13, 18:00 Uhr
3 U-Tage, 20 U-Std., 210,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 22,00 €, 185,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00206020

Die Farbe Blau - über das Aquarell zur Skizze bis zum Bild in Acryl

Aquarell- und Acrylfarben ermöglichen durch ihre Materialität unterschiedliche Herangehensweisen zur Verwirklichung eines Bildes. In diesem Kurs geht es darum, diese Möglichkeiten experimentell zu erkunden und insbesondere mit der Farbe Blau zu arbeiten.
Um zu einem spielerischen, lockeren und vielleicht bewegten Ausdruck im Bild zu gelangen, beginnen wir mit der Aquarellmalerei, die uns zur Ideenfindung und Herstellung von ersten Skizzen dient und dann als Anregung zum nächsten Schritt führt, zur Malerei mit Acryl.
Genauso spielerisch und leicht wie in der Aquarellmalerei gibt es technische Möglichkeiten in Acryl zu malen und daraus ein Thema zu entwickeln.
Jede Farbe hat ihre Reichweite und Begrenzung. Im experimentellen Umgang mit beiden Farben, Techniken und verschiedenen Maluntergründen schaffen und vertiefen Sie Ihre Erfahrung in der Verwendbarkeit der Farben und schaffen farbenfrohe Bilder oder Serien.
Mo, 29.07. - Fr, 02.08.13
Es entstehen Materialkosten.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Silvia Lauer-Schulz
Mo, 29.07.13, 11:00 Uhr
5 U-Tage, 40 U-Std., 380,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 44,00 €; 290,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00205018

Following the Lines

Kalligrafie und Buchbinden mit drei Künstlern
Fünf Tage, drei Künstler der Schrift- und Buchkunst: Die Themen sind verschieden und bauen doch aufeinander auf und bereichern sich gegenseitig.
Massimo Polello aus Turin (Italien). Sein Thema wird der Rhythmus in der Handschrift sein. Man experimentiert mit verschiedenen Werkzeugen und Materialien. Die Kurssprache wird Englisch sein.
Bei Birgit Nass geht es um Collage - Layout und Hintergründe. Durch die Verarbeitung von unterschiedlichen Collagematerialien, Farbe und Schrift entstehen Arbeiten mit sehr viel Tiefe und Variationsmöglichkeiten für die künstlerische Arbeit.
Schließlich wird das Erlernte in eine Buchform gebracht. Marí Emily Bohley vermittelt eine einfache, aber effektvolle dekorative Heftung. Der Bucheinband besteht aus einer wirkungsvollen Heftung am Rücken und einem dekorativen Fenster.
Mo, 29.07. - Fr, 02.08.13
Es entstehen Materialkosten.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Birgit Naß, Marí Emily Bohley, Massimo Polello
Mo, 29.07.13, 11:00 Uhr
5 U-Tage, 42 U-Std., 510,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 44,00 €; 420,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00205012

Wochenendseminar

Mixed Media: Pixel trifft Pinsel

Dieses Seminar soll einen Einblick in die künstlerischen Gestaltungsmöglichkeiten geben, die eine Verbindung von traditioneller Fotografie, digitalen Medien und Malerei bietet.
Fotos können nicht nur als Vorlage für Malerei dienen, sondern lassen sich auf vielfältige Art experimentell mit Maltechniken kombinieren. Dabei kommen Techniken wie Collage, Übermalung, Verfremdung und Fototransfer (mit Acryl) zum Einsatz. Wir arbeiten überwiegend mit Acrylfarben sowie Fotokopien und Computerausdrucken digitaler Bilder, die auch schon im Vorfeld am Computer verfremdet worden sein können.
Im Vordergrund stehen Arbeitstechniken, die uns helfen können, einen spielerischen Zugang zu künstlerischer Gestaltung zu finden.
So entstehen z.B. neue und ungewöhnliche Bildzusammenhänge, wenn abstrakte oder gemusterte Flächen in Kombination mit einem konkreten Bildmotiv (Foto) einen reizvollen Kontrast ergeben.
Anfänger/-innen sind willkommen.
Fr, 02.08. - So, 04.08.13
Bitte mitbringen: Fotoabzüge in verschiedenen Formaten, diverse Fotokopien (schwarz o. farbig) oder Computerausdrucke verschiedener eigener Fotos Ihrer Wahl. Eventuell interessante farbige oder gemusterte Papiere, Zeitschriften.
Ein Grundstock an Materialien sowie Farben, Pinsel, Klebstoff und Acrylmittel ist vorhanden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04247 970087

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Cordula Kagemann
Fr, 02.08.13, 17:00 Uhr
3 U-Tage, 20 U-Std., 190,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 22,00 €; 150,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00205013

Feuer und Eisen

Schmieden und Gestalten von Eisenskulpturen
Mit dem Erlernen von Arbeits- und Gestaltungstechniken und dem Entwickeln von Materialgefühl entstehen Skulpturen, Klang- und Windspiele, Schmuck etc., meist aus einer Mischung von Fundstücken und eigenen Stücken.
Zum Schmieden bauen wir im Außenbereich eine mobile Werkstatt auf, mit mehreren Schmiedefeuern, Ambossen, Werkbänken und einer Vielzahl von Werkzeugen zum Formen von Eisen, Kupfer und Fundstücken. Ebenso lernen wir das Kupferformen und -treiben sowie Löten und Schweißen kennen.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Mo, 05.08.. - Fr, 09.08.13
Es entstehen Materialkosten.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Bernd Bannach
Mo, 05.08.13, 10:30 Uhr
5 U-Tage, 40 U-Std., 380,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 44,00 €, 290,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00206021

Acryl-Malerei

Im Postkartenformat auf Papier, im Riesenformat auf Leinwand oder auf ganz anderem Material werden wir mit Acrylfarben malen, diese auch z. T. selber herstellen und Mischtechniken ausprobieren. Wir werden gemeinsam und einzeln die Bildideen entwickeln sowie Einblicke in die aktuelle Kunst bekommen. Dieses Angebot richtet sich an Fortgeschrittene.
Sa, 03.08. - Fr, 09.08.2013
Es entstehen Materialkosten.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Ingrid Seidel
Sa, 03.08.13, 11:00 Uhr
7 U-Tage, 56 U-Std., 495,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 66,00 €; 390,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00205019

Wochenendseminar

Filzen - gestalten und formen

Filzen bietet eine große Spannbreite von grob und fest bis zu fein und zart. Unterschiedliche Wolle in großer Farbauswahl und feine Stoffe zum Einfilzen setzen den eigenen Ideen kaum Grenzen.
Der Schwerpunkt liegt an diesem Wochenende auf den dekorativen Möglichkeiten beim Filzen: Z.B. ein Paar edle Stulpen mit Seide (sog. Nunofilz) und passend eine luftige Stola für kühle Sommerabende, ein feines Abendtäschchen und passend ein dekorativer Kragen. Oder lieber Wohn-Accessoires: ein zartes Kissen in luftigen Farben, feste Sitzmatten für drinnen und draußen oder ein transparentes Bild für das Fenster.
Fr, 09.08. - So, 11.08.2013
Es entstehen Materialkosten.
Bitte mitbringen: 5 alte Handtücher, 3 alte Geschirrtücher, altes Bettlaken, Plastikschüssel (3-5 Liter Inhalt), Schere, Nähutensilien, Maßband, ggf. Bänder, Schnüre, Garne, feine Stoffreste zum Verarbeiten.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Mechtildis Köder
Fr, 09.08.13, 16:00 Uhr
3 U-Tage, 24 U-Std., 195,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 22,00 €, 160,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00213024

Wochenendseminar

Porträtzeichnen

Es werden Grundkenntnisse in Komposition, Anatomie und die Anwendung unterschiedlicher Zeichenmaterialien (Bleistift, Kohle, Kreide) vermittelt.
Es entstehen Modellkosten.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Marietta Armena
Fr, 09.08.13, 17:00 Uhr
3 U-Tage, 20 U-Std., 190,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 22,00 €; 150,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen.
Kursnummer: 00205010

Wochenendseminar

Experimentelle Textilcollagen auf Leinwand

Wir gestalten eine spannende textile Fläche, indem wir auf ein textiles Basismaterial andere Stoffe und gerne auch fremde Materialien miteinander kombinieren. Es eignen sich fast alle Materialien, die sich mit Nadel und Faden miteinander verbinden d.h. „verquilten“ lassen. Dazu gehören u.a. Tyvek, weiche Plastik, Papier, Draht, haltbare Naturmaterialien, Federn, Stroh, Bast, Karnickeldraht, Folien usw.
Als Stickerei oder Quilttechnik eignet sich dazu am besten das „Crazy Stitching“, also die der Phantasie überlassene verrückte Stickerei, um unsere textilen Kreationen möglichst interessant umzusetzen.
Später werden wir diese textile Bildfläche mit der Leinwand, die als fester Hintergrund dient, verbinden. Am Ende werden wir mit Farbe den gesamten Hintergrund bearbeiten oder einzelne Bildelemente farblich angleichen. Dazu benutzen wir Pinsel oder kleinen Farbroller, mit dem sich auch einige Effekte erzielen lassen.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Anke Pradel
Fr, 09.08.13, 17:00 Uhr
3 U-Tage, 16 U-Std., 190,00 €, inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 22,00 €; 150,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00205008

Textilcollage - Anke Pradel

„Von Anfang an ...“
Arbeiten in Filz von Mechtildis Köder

Ausstellungsdauer bis 28.02.13
Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a

Duas Estações - Zwei Jahreszeiten
Malerei von Helga Leohold-Wohlers

Vernissage: Mi 16.01.13, 19 Uhr
Ausstellungsdauer: 16.01. - 26.03.13
Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5 und Café Waldstr. 3

Zwischen Symbol und Abstraktion
Malerei von Monika Mohrmann-Wulf und Rodi Khalil

Vernissage: Fr 05.04.13 um 19:00 Uhr
Ausstellungsdauer: 05.04. - 27.06.13
Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
und im Café Waldstr. 3

Lesung

Die Tanztendenz des Geistes - Kurzprosa mit Musik

in Kooperation mit der Stadt Twistringen und dem Förderverein Stadtbücherei e.V.
Ein Philosoph, der mit seinen moralischen Prinzipien durchs Leben stolpert, ein Künstler, der die Berliner Mauer in Bremen aufbaut und ein Literat, der mit Schnaps Kafka aus seinem Kopf zu vertreiben versucht - das sind nur drei der vielen grotesken Gestalten, die Jens Laloire in seiner Kurzprosa präsentiert. Immer mit einem Hauch Philosophie sowie einer Prise Slapstick ausgestattet, entfalten die Geschichten vor allem in der dynamischen Vortragsweise des Autors ihr amüsantes Aroma.

Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Jens Laloire
Fr, 18.01.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: R24201006

Lesung

„So ist meine Welt“

Joachim Fischer, der Mann mit der markanten rotkarierten Mütze, der er seinen Spitznamen „Bommel“ verdankt, stellt sein erstes Buch vor, das den Titel „So ist meine Welt“ trägt. In kurzen Geschichten, wie er sie seit einigen Jahren für die Syker Kreiszeitung schreibt, schildert er auf humorvolle Weise alltägliche Situationen und Begebenheiten, die er gerne aufs Korn nimmt.

in Kooperation mit der Mediothek Diepholz; Mediothek, Thouarsstr. 19
Joachim „Bommel“ Fischer
Di, 29.01.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05201001

in Kooperation mit der Stadt Twistringen und dem Förderverein Stadtbücherei e.V. Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Joachim „Bommel“ Fischer
Do, 28.02.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24201003

Zwischen den Welten und nie mehr zurück

Eine Reiseerzählung aus dem 19. Jahrhundert
In ihrem historischen Reiseroman verknüpft die Autorin Barbara Ortwein das Handeln ihrer fiktiven Hauptpersonen, der gescheiterte Revolutionär Karl Engelbach und sein Sohn Johann, mit den realen historischen Personen und Prozessen der Auswanderungen im 19. Jahrhundert. Die Hauptpersonen ihres Romans nehmen an einem Auswandererzug quer durch den heutigen Landkreis Diepholz teil, um schließlich in Bremen anzukommen. Nun beginnen die Abenteuer der Überfahrt und der Einreise in das neue Land Texas.
Die Autorin wird die Lesung mit dem Vortrag der „Texas-Lieder“ von Hoffmann von Fallersleben, mit Auswandererliedern und Songs aus Texas zu diesem Thema ergänzen.

Lemförde, Familienzentrum, Bahnhofstr. 9
Barbara Ortwein
Fr, 01.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 14201001

Lesung

Tod im Herrenzimmer

in Kooperation mit der Stadt Twistringen und dem Förderverein Stadtbücherei e.V.
Der Lehrer Falk Guder von der Twistringer Haupt- und Realschule liest aus seinem Erstlingswerk, dem historischen Bremen-Krimi „Tod im Herrenzimmer“. Man schreibt das Jahr 1901, als Kriminalkommissar Otto von Weyhe den Mord des Osterholzer Bauern Friedrich Horstmann aufklären muss, der mit einer afrikanischen Lanze erstochen wurde.

Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Falk Guder
Di, 05.02.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €.
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24201002

Lesung

Gorleben liegt am Weyerberg

in Kooperation mit der Mediothek Diepholz
Unter dem Thema: „Gorleben, Tschernobyl und dann...“ hat der Freistätter Schriftsteller Kurt H. Möller vor Jahren ein kleines Mäppchen mit Texten in Lyrik und Prosa herausgegeben.
Eingebettet in positive und hoffnungsvolle Perspektiven hält er der Gesellschaft ihren egozentrischen Spiegel vor, den die davon Betroffenen unermüdlich putzen und die daran Verdienenden ständig mit bunten Bildern ebenso wie mit Drohungen des Verlustes der Lebensqualität verschleiern. In alten und neuen Gedichten und Geschichten will der Schriftsteller das Thema der bedrohten Welt bewusst machen.
Wir bitten um Anmeldung.

Diepholz; Mediothek, Thouarsstr. 19
Kurt H. Möller
Do, 21.02.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05201003

Lesung

„Oh, Ringelnatz, du Morgenstern ...“

WahnSinnliche Dichtung von 22 „Wortspielern“. Syker Literaturwoche - in Kooperation mit der Buchhandlung Schüttert und dem Förderverein
Mit Sprache spielen, sich mit Witz und völligem Unernst über Sentimentalität, hohlem Pathos und bleierner Gedankenschwere lustig machen, gehört seit der Antike zur Literatur.
Die Meister des sprachlichen Witzes und des entwaffnenden, die Klischees entlarvenden Spiels mit der Sprache werden vorgestellt. Offenherzig ulkig, dann wieder sublim nachdenklich, beweisen diese „Wortspieler“, dass im Leben die Grenzen zwischen Tragik und Komik durchaus fließend sind.
Die bekannten und weniger bekannten dieser besonderen Spezies der Poeten sind vertreten: Von A wie Althaus, Peter Paul bis Z wie Zuckmayer, Carl von B wie Brecht, Bertolt bis V wie Valentin, Karl.
12,00 € im Vorverkauf bei: Stadtbibliothek, Schüttert, Kreismuseum.

Syke, Rathaus, Ratssaal
Christian Quadflieg
Fr, 22.02.13, 20:00 Uhr
1 U-Tag, 14,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23201001

Lesung

Tierischer Spaß mit dem „Herrn der Stimme“

Syker Literaturwoche - in Kooperation mit dem Vorwerk Syke und der Stadtbibliothek Syke
Eine charmante und witzige Lesung für Jung und Alt. Unnachahmlicher britischer Humor. Bekannt geworden durch die 70er-Jahre-Verfilmung sind die Geschichten um den englischen Tierarzt James Herriot. Eintritt für Schüler und Schülerinnen 5,00 €

Syke, Vorwerk, Am Amtsmannteich 3
So, 24.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 8,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23201010

Vortrag

St.-Exupéry: Der kleine Prinz - eine neue Interpretation

Wann ist ein Mann ein Mann?
Der Vortrag folgt dem Piloten aus dem „kleinen Prinzen“. Dieser landet auf einem seiner vielen Flüge im Jahre 2000 in Südafrika. Dort trifft er auf Professor Lurie, die Hauptfigur aus „Schande“, dem Meisterwerk des Literaturnobelpreisträgers J.M. Coetzee.
Der Pilot und Lurie stehen mit beiden Beinen in der Mitte des Lebens. Sie erleben das Drama des einsamen Mannes auf unterschiedliche Weise. Sie unterhalten sich über ihr Selbstbild als Mann. Wir blicken ihnen über die Schulter und vergleichen den Blick, den zwei bedeutende Schriftsteller in einem Abstand von 60 Jahren auf den Weg des gestandenen Mannes zu sich selbst geworfen haben. „Wie steht es um die Emanzipation des Mannes?“ ist die Leitfrage. Eine Lektüre von „Schande“ wird empfohlen, ist aber nicht unbedingt Voraussetzung zum Verständnis des Vortrags.
Um Anmeldung wird gebeten.

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Hans Kaufmann
Mo, 18.02.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04201003

Lesung

Kurzgeschichten und Schmalzbrote - die etwas andere Abendlesung

Syker Literaturwoche - in Kooperation mit dem Förderverein der Stadtbibliothek Syke
Eine Reise durch die deutschsprachige Nachkriegsliteratur, Erzählungen von Wolfgang Borchert bis Gabriele Wohmann.
In gemütlicher Atmosphäre und geselliger Runde lesen Mitglieder des Fördervereins aus Erzählungen deutscher Autoren. Dazu werden kleine Schmalzbrote und Bier gereicht.

Syke, Stadtbibliothek, Hinrich-Hanno-Platz 1
Dozententeam
So, 03.03.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €, inkl. kleinem Imbiss. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23201011

Lesung

„Coolman“ für Kinder ab 10 Jahren mit Rüdiger Bertram

in Kooperation mit der Stadt Twistringen, dem Förderverein Stadtbücherei und der Büchereizentrale Lüneburg
„Coolman“ - die inzwischen legendären Bücher von Rüdiger Bertram mit Zeichnungen von Heribert Schulmeyer sind vor allem für Jungs ab 10 Jahren hauptsächlich eines: „Cool“! Insgesamt wird der Autor an diesem Nachmittag fünf seiner Comicromane über einen Superhelden der Extraklasse vorstellen, wie „Coolman und ich“ und „Coolman und ich - rette sich wer kann“.

Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Rüdiger Bertram
Mi, 06.03.13, 16:00 Uhr
1 U-Tag, 3,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24201001

Vortrag

„Deplatziert“

Aus dem Leben eines Langzeitstudenten in Kooperation mit der Mediothek Diepholz
Mit erfrischender Komik erzählt „Deplatziert“ von einer Aneinanderreihung unerwarteter, skurriler Schicksalswendungen und zeichnet gleichzeitig ein stimmungsvolles Porträt einer Thirtysomething-Generation, die sich weigert, sich jenseits ihres Langzeitstudentendaseins dem Leben zu stellen. Da gilt es, sich mit der Rebellion gegen Borniertheit und Alltagstrott, die von Beziehungsenden, Magisterarbeit-Desastern, polnischen Kettensägenmassakern, schlechten Konzerten und noch schlechteren Partys geprägt ist, auseinanderzusetzen. Doch wird der Aufstand gegen das Establishment von Erfolg gekrönt sein? Spez. Fragen z. Kurs:

Diepholz; Mediothek, Thouarsstr. 19
Jörn Birkholz
Do, 07.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05201004

Lesung

Hannoversche Schmunzelbücher

„Heitere und nachdenkliche Geschichten“ - in Kooperation mit dem Verein Kultur im Küsterhaus Varrel
Kurt-Achim Köweker liest aus seinen beiden gerade erschienenen „Hannoverschen Schmunzelbüchern“.
Und natürlich wird es nicht nur beim Lesen bleiben. Dass Köweker auch ein unterhaltsamer Erzähler und Rezitator ist, hat er bereits auf vielen Veranstaltungen im Küsterhaus Varrel unter Beweis gestellt.

Varrel bei Sulingen, Küsterhaus
Kurt Achim Köweker
Fr, 08.03.13, 20:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 10,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 11201001

Lesung

Szenische Lesung „Alte Liebe“

Ja, das kennen wir alle, Jahrzehnte lebt man zusammen, es gibt Reibereien im Alltag und doch hat man sich gut arrangiert - aber ist man glücklich?
Lore und Harry sind seit 40 Jahren ein Paar und ihre erwachsene Tochter heiratet nun zum dritten Mal. Das wirft Fragen für die Eltern auf. Diese werden in wunderbaren Gedanken und Dialogen beschrieben und die Zuhörer bleiben nicht unberührt - versprochen!
Michael Mengeling und Sabine Rasper tragen in einer szenischen Lesung Ausschnitte des Buches von Elke Heidenreich und Bernd Schroeder vor.
Vor der szenischen Lesung werden Kaffee und Kuchen angeboten.
Wir bitten um Anmeldung.

Ströhen, ev. Gemeinde, Varreler Str. 10
Sabine Rasper / Michael Mengeling
Sa, 09.03.13, 16:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 26201001

Wasserfrauenbilder - Von Liebe und anderen Leiden

Geschichten- und Liederabend - in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten
Ob erlösungsbedürftige Nixe oder grausame Hexe, ob verführerisch schön oder von abstoßender Gestalt, Wasserfrauen sind geheimnisvoll und verderbnisbringend. So wird jedenfalls von ihnen berichtet. Sie sind das Fremde, das Andere. Aber alles ist eine Frage der Perspektive.
Geschichten und Lieder von den Orkney-Inseln bis nach Griechenland, von Estland bis zu den Schwaben, vorgetragen von Mechthild Klann.
Wir bitten um Anmeldung.

Bruchhausen-Vilsen, Die Scheune, Brautstr. 16
Mechthild Klann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 10.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 04201007

Trio Kulturell - „Nichts bleibt, mein Herz, und alles ist von Dauer“

„Die 13 Monate“: Erich Kästner in Liedern von Jürgen Pfeiffer
in Kooperation mit dem Kulturring und der Mediothek Diepholz
Elisabeth Arend und Jürgen Pfeiffer haben sich mit Kästners letztem Gedichtband: „Die 13 Monate“ auseinander gesetzt. Er erschien bereits 1955 - neunzehn Jahre vor seinem Tod.
„Auch uns - Jürgen und mich - haben diese Gedichte berührt und angesprochen. Jürgen hat die Worte auf wunderbare Weise in Musik übersetzt. Entstanden sind 13 kleine Kunstwerke. So unterschiedlich sie sind: sonnig, wehmütig, sperrig, übermütig, traurig, nachdenklich... alle sind sie uns ans Herz gewachsen. Die Lieder werden eingerahmt durch Geschichten und Texte von und über Erich Kästner.“

Diepholz, Neues Rathaus
Elisabeth Arend / Jürgen Pfeiffer
Sa, 06.04.13, 20:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 10,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05201002

Lesung

„Sieben Tage ohne“ und „Die Dienstagsfrauen“

in Kooperation mit der Stadt Twistringen und dem Förderverein Stadtbücherei
Monika Peetz ist Drehbuchautorin und Schriftstellerin. 2010 erschien ihr erster Roman „Die Dienstagsfrauen“, der verfilmt wurde. 2012 folgte als Fortsetzung der Roman „Sieben Tage ohne“. Aus ihrer Feder stammen auch Filme wie „Ein Baby zum Verlieben“ und „Noch einmal zwanzig sein“ sowie der Fernseh-Dreiteiler „Die Rebellin“.

Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Monika Peetz
Mo, 15.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 10,00 €, Vorverkauf 8,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24201005

Vortrag

Märchen der Welt: Von Hexen und weisen Frauen

in Kooperation mit dem Süster Kring
Märchen von Hexen finden wir in allen Kulturkreisen rund um den Erdball. Nicht immer sind es niederträchtige Frauen, die obendrein noch hässlich sind. Oftmals sind es verkannte Frauenfiguren, die einst im Einklang mit Mensch und Natur lebten. Ihre positive Rolle verlor sich durch zahlreiche Einflüsse im Laufe der Geschichte, doch soll ihre besonderere Bedeutung an diesem Abend wieder entdeckt werden.
Fünf Märchen von Hexen und weisen Frauen aus fünf Erdteilen werden von der Märchenerzählerin Brigitta Wortmann an diesem Abend frei vorgetragen. Dabei erzählt sie die alten Geschichten nicht nur - sie erweckt sie vor ihren Zuhörern zum Leben. Mit dabei ist auch ihre Harfe, die alle Märchen mit zauberhafter Musik einrahmen wird.
Dazu erwartet die Besucher/-innen in der Pause ein kleiner Gaumenschmaus.

Süstedt, Noltesche Wassermühle
Brigitta Wortmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 20:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 14,00 €, inkl. kleinem Imbiss. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04201006

Vortrag

Literaturtipps für Lesehungrige

Sich im Dschungel der vielen Neuerscheinungen zurechtzufinden ist gar nicht so einfach. Einige besonders interessante Bücher werden Ihnen an diesem Abend von zwei lesebegeisterten Buchhändlerinnen vorgestellt. Ob die ausgewählten Exemplare sich für Ihren Feierabend, als Urlaubsbegleiter oder zum Verschenken eignen könnten, das müssen Sie selbst entscheiden!
Anmeldung erforderlich.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Susanne Christiane Habermann / Brigitte Ziesecke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 30.05.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 03201000

Vortrag

Hermann Hesse: Leben und Zeit, Werk und Wirkung

Teil 2: Vom „Steppenwolf“ bis zum „Glasperlenspiel“ - in Kooperation mit der Stadtbibliothek Syke
Dieser literarische Bilder-Vortrag führt mit zentralen Textauszügen aus Hesses zweiter Schaffensphase in einem Überblick zu den wichtigsten biografischen und literarischen Schauplätzen des meistgelesenen deutschen Autoren des 20. Jahrhunderts.
Behandelt werden Hesses bedeutendste Werke wie „Der Steppenwolf“, „Die Morgenlandfahrt“ und „Das Glasperlenspiel“ vor dem historischen Hintergrund ihrer Entstehung. Außerdem werden die Beziehungen Hesses zur Politik und zur Religion beleuchtet. Hermann Hesse als Gärtner wird ebenso behandelt wie die Nachwirkung seines Werkes bis in die Gegenwart.
Anmeldung erforderlich!

Syke, Stadtbibliothek,
Hinrich-Hanno-Platz 1
Klaus Kirmis / Ludger Hellermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 18,00 €, inkl. Imbiss und 1 Glas Wein
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23203005

Bildungsurlaub

Literarische Texte - Rezeption und Interpretation am Beispiel der romantischen Schriftsteller Achim und Bettina von Arnim

Bettina und Achim von Arnim waren Portalfiguren der deutschen Romantik. Schauplatz ihres Lebens und Wirkens war ein paar Jahre lang Schloss Wiepersdorf, schön gelegen im Fläming südlich von Berlin. Hier verband Achim seine Arbeit als Gutsherr und Landwirt mit literarischer Produktion, und Bettina, der unruhige Geist an seiner Seite, war längst nicht ausgelastet mit der Sorge um sieben Kinder.
Im Mittelpunkt dieses Seminars stehen die Wiepersdorfer Jahre, das literarische Schaffen und gesellschaftliche Wirken des berühmten Dichterpaars, aber auch die Zeit vor und (bei Bettina) nach Wiepersdorf, wird in den Blick genommen. Das „Who is who?“ der deutschen Romantik ergibt sich dabei fast von selbst.
Es ist ein Glücksfall, dass der Wohnsitz der Arnims heute als Künstlerhaus und Tagungsort genutzt wird. Während der DDR-Zeit befand sich hier ein Erholungsheim für Schriftsteller, in dem Größen wie Anna Seghers und Sarah Kirsch ein und aus gingen. Heute sind internationale Künstler-Stipendiaten hier untergebracht.
Neben den „normalen“ Zimmern (alle mit Sanitäranlagen ausgestattet) gibt es antik möblierte Suiten (Aufpreis!), die das Gefühl, bei Bettina und Achim von Arnim zu Gast zu sein, noch verstärken. Für alle bieten die großzügigen Räumlichkeiten im Schloss und die prächtigen Parkanlagen das passende Ambiente für diese Literaturreise in die Welt der Arnims. Fordern Sie bitte den Prospekt an.

Schloss Wiepersdorf, Brandenburg
Christof Eckardt / Sabine Schnelle
Anmeldung bis 07.06.2013
So, 25.08.13, 18:00 Uhr
6 U-Tage, 40 U-Std., 498,00 €, 447,00 € im DZ oder EZ; Suite (DZ) pro Person 498,00 €; alle Preise pro Person inkl. Unterkunft und Vollpension. Eigene Anreise.
Kursnummer: 00201001

Vortrag

Die Schriftstellerin Tanja Blixen

Ein Frauenporträt
An diesem Abend soll die dänische Schriftstellerin Tanja Blixen im Mittelpunkt stehen. Ihr bekanntestes Buch hierzulande, das auch erfolgreich verfilmt wurde, ist „Jenseits von Afrika“. Um ihrem pietistischen Elternhaus zu entfliehen, geht Tanja Blixen für knapp 20 Jahre nach Kenia und leitet eine Farm. Nach der Rückkehr in ihr Heimatland geht sie ihren eigenen unangepassten Weg weiter. Sie entwickelt sich zu einer der erfolgreichsten Schriftstellerinnen ihrer Zeit. Besonders in Großbritannien und den USA wird sie als Bestseller-Autorin gefeiert. Freuen Sie sich auf einen interessanten Vortrag über das aufregende Leben dieser vielseitigen Autorin.
Anmeldung erforderlich.

Stuhr-Brinkum, Bibliothek, Lesecafé, Jupiterstr. 1
Annegret Wienberg
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 03201001

Gespräche über Literatur und Philosophie

„Wenn du philosophieren willst, schreib Romane. Willst du Schriftsteller werden, fang an Philosophie zu studieren“ - sagte einmal Jean Grenier zu seinem begabtesten Schüler Albert Camus. Auch in diesem Semester wollen wir Romane lesen, um zu philosophieren und uns mit der Philosophie beschäftigen, um Romane zu lesen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 823720

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Meri Köpsel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 26.02.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 03201002

Lesefrühstück

in Kooperation mit dem Förderverein Stadtbücherei Twistringen
Der Förderverein Stadtbücherei Twistringen e.V. bietet zweimonatlich - in der Regel freitags - in der Stadtbücherei ein Lesefrühstück an. In der Regel wird ein Buch vorgestellt und anschließend diskutiert. Weitere Termine und Referenten werden rechtzeitig bekanntgegeben.
Entgelt 5,00 € pro Termin, zahlbar direkt vor Ort.

Twistringen, Bücherei, Brunnenstr. 5 A
Leitung: Dozententeam
Info und Anmeldung: 04243 96069
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 25.01.13, 09:00 Uhr
5,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24201006

Lesefrühstück

in Kooperation mit dem Förderverein der Stadtbibliothek
Mitglieder des Fördervereins lesen vor - anschließend Frühstück und Diskussion
Die Kosten fürs Frühstück von jeweils 3,00 € sind vor Ort direkt zu bezahlen.
Anmeldung in der Stadtbibliothek Syke erforderlich
An jedem letzten Donnerstag im Monat.

Syke, Stadtbibliothek,
Hinrich-Hanno-Platz 1
Dozententeam
Info und Anmeldung: 04242 164-235
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 28.02.13, 09:00 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 23201002

Frauen-Kultur-Frühstück

in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten und dem Landfrauenverein Twistringen e.V.
Ein Kultur-Frühstück mit regionalen Produkten und kulturellem Rahmenprogramm. Karten nur im Vorverkauf beim Bürgerservice der Stadt Twistringen

Twistringen, Rathaus
Info und Anmeldung: 04243 413170
Sa, 02.03.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,00 €
Kursnummer: 24201704

Deutsche Erzähler des 20. Jahrhunderts

Literaturgesprächskreis
Unsere „Forschungsreise“ geht weiter: Von den 60er Jahren bis zurück zum Anfang des Jahrhunderts. Zu den Gesprächen über die gelesenen Texte kommen ergänzend kurze Referate des Dozenten zur Person der Schriftsteller, ihrer Zeit und den literaturgeschichtlichen Zusammenhängen.
Neue Teilnehmer/-innen sind herzlich willkommen.

Syke, Kreismuseum, Kindermuseum
Christof Eckardt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 09:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 30,00 €
Kursnummer: 00201006

theaterhautnah

Volkshochschulen Bremer Umland

Darstellende Kunst in die Gesellschaft tragen ...inspirieren, erfreuen, begeistern, Emotionen wecken und zur Kommunikation anregen. Zusammen mit dem Theater Bremen haben die Volkshochschulen in Bremen und Umland Theatertage für die ganze Familie organisiert - Theater hautnah!

Theatertag - Tanztheater

Tanz-Workshop zu „Funny How“ mit dem Ensemble
Mit Tänzerinnen und Tänzern des Ensembles „Unusual Symptoms“ gehen Sie in diesem Tanzworkshop der „slapstick-artigen Identität in uns allen und unserer eher clownartigen Natur“ auf den Grund. Auf der Probebühne schnuppern Sie Theaterluft und erarbeiten sich ein Stück Tanztheater. Wenn Sie möchten, buchen Sie auch den Theaterbesuch am 15.03. und erleben das gesamte Ensemble live auf der Bühne in „Funny how“!
An- und Abmeldeschluss: 22. Februar 2013
Treffpunkt: 14:45 Uhr, Theaterkasse (links neben dem Theater am Goetheplatz).
Workshop auf der Probebühne Tanz

Bremen, Theater am Goetheplatz
Anmeldung bis 22.02.2013
Sa, 09.03.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 17,00 €
Kursnummer: 00201004

Theatertag -Tanztheater

Samir Akika/Unusual Symptoms: „Funny How“
Samir Akika galt lange als enfant terrible des deutschen Tanztheaters. Inzwischen zog sich der algerisch-französische Choreograf für einige Zeit nach Kuba zurück und kam dort in Kontakt mit den lokalen Lebens- und Erzählstrategien. Aus dieser Erfahrung hat sich seine künstlerische Handschrift entscheidend weiterentwickelt, der Beat jugendlicher Subkulturen ist Samir Akika eine wichtige Inspiration geworden. Für seine erste Bremer Produktion besinnt sich der einst als Quentin Tarantino der Tanzszene etikettierte Choreograf auf die Freuden eines Lebens im Randgebiet künstlerischer wie gesellschaftlicher Konventionen.
An- und Abmeldeschluss: 26. Februar 2013

Bremen,Theater am Goetheplatz, Kleines Haus
Anmeldung bis 26.02.2013
Fr, 15.03.13, 20:00 Uhr
1 U-Tag, 22,30 €, ermäßigt 16,00 € (inkl. Platzkarte Gruppe 2)
Kursnummer: 00201002

Theatertag - Oper:

Karl Maria von Weber: Der Freischütz Theaterbesuch und Führung hinter den Kulissen
Die Hauptrolle in Webers Freischütz spielt der Wald: Hier, in der dämonischen Natur, gelten die gesellschaftlichen Regeln nicht länger. Aber auch in der vermeintlich heilen Zivilisation hat sich ein Krieg tief in die zwischenmenschlichen Beziehungen hineingefressen und die ehemals klaren sozialen Differenzen nivelliert: Die Bauern haben das Schießen gelernt, dadurch steigt für die Jäger der Leistungsdruck. Es verwundert also nicht, dass Max angesichts des zu absolvierenden Probeschusses von Versagensängsten geplagt wird, hängt doch seine ganze Existenz von diesem einen Schuss ab.
Treffpunkt: 13:15 Uhr, Theaterkasse (links neben dem Theater am Goetheplatz)
13:30 Uhr: Führung hinter den Kulissen (Bühnen, Werkstätten u. a.)
15:30 Uhr: Aufführung im Theater am Goetheplatz

Bremen, Theater am Goetheplatz
Anmeldung bis 11.04.2013
So, 28.04.13, 13:30 Uhr
1 U-Tag, 42,40 €, ermäßigt 29,80 € (inkl. Platzkarte Gruppe 2)
Kursnummer: 00201005

TheaterBremen

Exkursion

Hinter die Kulissen des Weyher Theaters geschaut

In Kooperation mit den Gästeführerinnen der Gemeinde Weyhe
Norddeutschlands erfolgreichstes Unterhaltungstheater einmal von der anderen Seite. Anmeldungen und weitere Infos bei Erika Christmann unter 0421 803232.
Ein Kostenbeitrag von 2,00 € wird bei Beginn der Veranstaltung von den Gästeführerinnen erhoben.

Weyhe-Kirchweyhe, Marktplatz
Erika Christmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 08.03.03, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12201002

Vortrag

Welttag des Buches: Einblick in eine handwerkliche Buchbinderei

Jedes Jahr am 23. April wird weltweit der „Tag des Buches“ begangen. Zum wiederholten Male lädt die Buchbindemeisterin Sabine Rasper in ihre Werkstatt auf den Atelierhof Scholen 53 ein und lässt die interessierten Besucher/-innen Werkstattluft schnuppern. Zudem hat sie einen kleinen Vortrag zur Geschichte der Einbandkunst von der Antike bis in die Neuzeit vorbereitet.
Spez. Fragen z. Kurs: 04245 267

Scholen; Atelierhof Scholen 53
Sabine Rasper
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 23.04.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 2 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 16200001

Tagesseminar

Vorlesen und Erzählen lernen

Eine alte Tradition in neuer Blüte
Vorlesen, vortragen, erzählen - ist wieder gefragt. Es sind nicht nur die „Alten“, die gern vorlesen in Kindergärten, Gemeindegruppen und Altenheimen. Auch Jüngere finden Freude an einer alten Kunst, Geschichten aus Büchern oder Erinnerungen lebendig werden zu lassen. Und alle finden zahlreiche Zuhörer.
Eigentlich kann jeder erzählen und vorlesen und doch gibt es manche kleinen Geheimnisse: besonders ansprechend, spannend, laut und deutlich vorzulesen - immer dem Charakter der Geschichte und der Zuhörerschaft entsprechend. Und wie kann ich mich eigentlich ein wenig einstimmen, vorbereiten und selbst weiterlernen?
Dazu gibt es mehr zu erfahren an diesem Schnuppertermin - und bei Interesse kann daraus mehr werden. Für Menschen jeden Alters. Texte können gerne mitgebracht werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 92011

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Peter Henze
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04202001

Tagesseminare

„Eigentlich bin ich ganz anders ...“

„... ich komme nur so selten dazu“, sagte Ödön von Horvath. Mal etwas Neues, etwas ganz Anderes, Ungewohntes wagen?
Die eigene Stimme zum Klingen bringen und in Bewegung sein. Eine Entdeckungsreise für alle, egal welchen Alters, die Freude an Tönen, Bewegung, Sprache und Spiel haben. Lassen wir uns voneinander überraschen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 92011

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Vera Briewig
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.02.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04202002

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Vera Briewig
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.03.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04202003

Tagesseminar

„Ich bin im Bilde...“ - Geschichte der Europäischen Malerei

Vom Dadaismus über Picassos Spätwerk bis zur Malerei der 1930iger Jahre
Dieses kunstgeschichtliche Seminar vermittelt für interessierte „Anfänger/innen“ in aufeinander aufbauenden Tagesseminaren eine Einführung in die Entwicklungsgeschichte der europäischen Malerei von den Anfängen bis zur Gegenwart.
In ausführlichen Bildbesprechungen werden grundlegende Prinzipien, Stilmittel und Künstlerpersönlichkeiten der Malerei in Europa vor dem jeweiligen sozialgeschichtlichen Hintergrund der Entstehung behandelt.
Für den Nachmittag ist ein gemeinsamer Besuch der Kunsthalle Bremen vorgesehen.

Syke, Vorwerk, Am Amtsmannteich 3
Klaus Kirmis
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 9 U-Std., 26,00 €; nicht enthalten sind die Kosten für den Eintritt in die Kunsthalle und die Fahrtkosten.
Kursnummer: 23203007

Dia-Vortrag

Das Diktat der Engel - Leben und Werk von Marc Chagall

in Kooperation mit KUK
Würde man eine Hitparade der populärsten Künstler erstellen, dann nähme Marc Chagall (1887 - 1985) einen Spitzenplatz ein. Seine märchenhaften, farbintensiven Bilder entführen uns in die mythische Traumwelt seiner russisch-bäuerlichen Kindheit. Von einigen Kritikern wird sein Werk gerade deshalb als folkloristisch-naiv oder gar religiös verkitscht beargwöhnt: Er sei ein „harmloser Maler“, der die Greuel seiner Zeit ausgeblendet habe.
Aber Chagall hat auch die Katastrophen seiner Zeit thematisiert - den Krieg und den Völkermord an seinen jüdischen Glaubensgenossen. Und dennoch ist sein Lebenswerk vom humanistischen Grundgedanken der Versöhnung durchzogen - geprägt von dem Satz, den Marc Chagall zum Leitmotiv seines Schaffens erhob: „In der Kunst wie im Leben ist alles möglich, wenn es auf Liebe gegründet ist“.
Wir bitten um Anmeldung.

Bruchh.-Vilsen, Schulzentrum, Forum
Dr. Hans-Thomas Carstensen
Do, 18.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04203001

Ausstellungsbesuch

Alfred Manessier - Komponist der Farben

Alfred Manessier (1911-1993) war ein großer europäischer Künstler: Er war dreimal an der Kasseler documenta beteiligt, wurde von Museen wie dem Kunstmuseum Basel, dem Moderna Museet Stockholm oder dem Centre Pompidou in Paris gesammelt und ist mit 27 Glasfensterzyklen kreuz und quer in Europa vertreten.
Zwischen 1966 und 1979 schuf Manessier in Bremen für die Kirche Unser Lieben Frauen 20 farbige Fenster aus Glas. Die Ausstellung zeigt den Weg auf, wie der Künstler von Notizen über Skizzen zu den gültigen Entwürfen für die Ausführung in Glas kam. »Licht, das singt« in die Kirche zu bringen, war das Ziel des Farbkomponisten Manessier.
Kombi-Führung: Ausstellung und Besuch der Kirche Unser Lieben Frauen.

Bremen, Paula Modersohn-Becker Museum
Regina Gramse
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 11,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00203002

Ausstellungsbesuch

Gnadenlos - Künstlerinnen und das Komische

Gehen Sie zum Lachen doch mal ins Museum! Von absurder Komik über feine Ironie bis zu anarchischem Humor - die Ausstellung widmet sich den Erscheinungsformen des Komischen in Werken von Künstlerinnen. Meret Oppenheims Objekt „Eichhörnchen“ trifft auf Anna und Bernhard J. Blumes Fotoserie „Küchenkoller“, Rosemarie Trockels Herd-Plastik auf Yoko Onos Filmkunst. Ausgehend von den um 1900 entstandenen Slapstickfilmen von Alice Guy-Blaché bis in die jüngere Gegenwart präsentiert die Ausstellung die Vielfalt eines bislang nahezu unerschlossenen Themas: Erstmals in dieser Bandbreite zeigt sie, wie Künstlerinnen das Komische als Strategie und Methode in ihren Werken einzusetzen wussten und damit auf Gesellschaft, Politik und Kunst reagierten. Ein facettenreicher Streifzug mit Malerei, Grafik, Objektkunst, Fotografie, Performance sowie Video- und Filmkunst durch die avantgardistische Praxis des Humors.

Bremen, Paula Modersohn-Becker Museum
Regina Gramse
Der Termin stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest.
1 U-Tag, 8,00 €, inkl. Führung
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00203003

Ausstellungsbesuch

Elmar Trenkwalder: Ornament und Obsession oder „Rokoko on Speed“

in Kooperation mit dem Kunstverein Syke
Traumwelten aus Ton. Monumental, eigenwillig, phantastisch. Elmar Trenkwalder hat sie erschaffen. Das Gerhard-Marcks-Haus stellt sie jetzt erstmals in Deutschland aus. Die raumfüllenden Skulpturen erinnern an indische Tempel und die Architektur der Gotik, sind überzogen von Ornamenten und fragilen Details. Säulen, Türme, Tore verschmelzen mit Pflanzenteilen zu einem oft verwirrenden utopischen Kosmos. Seine mehrere Meter hohen Gebilde setzt der Künstler aus einer Vielzahl von Einzelteilen zusammen, so entstehen mehrdeutige Plastiken, die ganze Räume füllen.

Bremen, Gerhard-Marcks Haus
Regina Gramse
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 31.01.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00203001

Ausstellungsbesuch mit Kunstgespräch

Wols: Die Retrospektive

Zum 100. Geburtstag von Wols (Wolfgang Schulze, 1913 - 1951) ist die umfangreichste Präsentation des Künstlers seit fast 25 Jahren zu sehen. Sie umfasst ca. 200 Werke (ca. 40 Gemälden, 100 Papierarbeiten und 40 Photographien).
Wols‘ ereignisreiche und zugleich tragische Biographie galt bislang stets als der entscheidende Schlüssel für die Deutung seiner Bilder. Die Ausstellung untersucht nun erstmals den Künstler in der Perspektive seiner Zeit: als Protagonisten der internationalen Avantgarde, der im Dialog mit Surrealismus und Informel eine ebenso markante wie einzigartige Bildsprache entwickelte. Ausgewählte Werkgruppen verfolgen die Entwicklung einer individuellen Formensprache von einer surrealistischen Fantasiewelt zu abstrakten Strukturen und Oberflächentexturen, die schlussendlich in seinem malerischen Oeuvre kulminieren. Im Zentrum steht dabei Wols‘ kreativer Entstehungsvorgang, der sich durch einen dialogischen Prozess von Formen unterschiedlichen Charakters auszeichnet.
Treffpunkt: Kasse am Südeingang (Rückseite der Kunsthalle). An die Führung schließt sich ein Kunstgespräch an.

Bremen, Kunsthalle
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Termin bitte erfragen
Kursnummer: 00203005

Studienreise

Blauer Reiter/Murnau/München

Informationen siehe Seite 83.

Vortrag

Der „Blaue Reiter“

Kunstgeschichtlicher Bilder-Vortrag - in Kooperation mit der Fördergemeinschaft Lebendiges Diepholz
Im reizvollen „Blauen Land“ rund um den Staffelsee bei Murnau im Alpenvorland entstand 1911/12 die programmatische Schrift des „Blauen Reiter“. Heute weltbekannte Künstler wie Wassily Kandinsky, Gabriele Münter, Franz Marc, Alexej von Jawlensky und Marianne von Werefkin malten hier viele ihrer farbenprächtigen Bilder, wodurch sich auch die Entwicklung zur gegenstandslosen Malerei vollzog.
Die genannten Künstler hatten vor dem 1. Weltkrieg eine künstlerische Bewegung ins Leben gerufen, die schließlich für den gesamten europäischen Kulturraum bestimmend und zum Inbegriff für die radikale Erneuerung der Kunst geworden ist.
Dieser kunstgeschichtliche Bilder-Vortrag stellt die wichtigsten künstlerischen Prinzipien und bedeutendsten Künstlerpersönlichkeiten des „Blauen Reiter“ vor. Er führt Sie außerdem zu für die Geschichte dieser avantgardistischen Malerei bedeutenden Schauplätzen und versucht, die Bedeutung der Kunstrichtung einzuschätzen.

Diepholz, Neues Rathaus
Klaus Kirmis
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 17.06.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 05203001

Exkursion

Führung durch „Kunst in der City“

In Kooperation mit der Fördergemeinschaft Lebendiges Diepholz
Am Sonntag, den 23.06., sind die Künstler und Künstlerinnen von 13:00 bis 18:00 Uhr anwesend und stehen für Fragen und Diskussionen zur Verfügung. Herr Kim Oliver Lange stellt ausgewählte Kunstwerke vor.

Diepholz
Kim Oliver Lange
So, 23.06.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 05204006

Ausstellung

Kani Alavi

In Kooperation mit der Fördergemeinschaft Lebendiges Diepholz
Die genauen Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte der Presse und den Sonderprospekten.

Diepholz, Weiterbildungszentrum Altes Rathaus, Lange Str. 12
Kani Alavi
Ausstellungsdauer: 17.06. - 28.06.13
Vernissage Mo, 17.06.13, 17:00 Uhr
Kursnummer: 05204001

Vortrag

„Kunst an der Berliner Mauer“ von Kani Alavi

In Kooperation mit der Fördergemeinschaft Lebendiges Diepholz
1990 entdeckte Kani Alavi die Mauer als ungewöhnliche Malunterlage. Gemeinsam mit 118 Künstlern aus 21 Ländern kommentierte er auf der ehemaligen Ostseite der Mauer die politische Öffnung des Ostens und das Ende der DDR in 106 Gemälden. Seit 1997 ist der Iraner Vorsitzender des Vereins „Künstlerinitiative East Side Gallery e.V.“ und ist um den Erhalt und die Sanierung des Kunstwerks bemüht.
Er erinnert sich gern an die Zeit direkt nach dem Mauerfall. Die Nationale Volks-Armee bewachte offiziell den Todesstreifen, aber die DDR existierte nur noch auf dem Papier. In Friedrichshain hatte man freien Zutritt zur Mauer von der Ostseite her. Die patrouillierenden NVA-Soldaten nahmen die künstlerische Attacke locker und hielten einem mit Pinsel und Palette bewehrten Maler schon mal die Leiter, wenn einer nicht alleine zurechtkam.

Diepholz, Rathaus, Sitzungssaal
Kani Alavi
Fr, 21.06.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 05203000

Ausstellung

„Mauerbilder“ von Jürgen Kramer

In Kooperation mit der Fördergemeinschaft Lebendiges Diepholz
Die genauen Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte der Presse und den Sonderprospekten.

Diepholz, St.-Nicolai, Lange Str. 28
Jürgen Kramer
Ausstellungsdauer: 17.06. - 23.06.13
Kursnummer: 05204003

Arbeitskreis

„Kunst in der City“

geschlossene Gruppe
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6315

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Doris Hermenau
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 10:00 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 05204007

Neugierig auf Kunst in Weyhe

Atelierbesuch bei dem Maler Jürgen Büsen Filzen - in Kooperation mit der Gästeführung Weyhe
Der Kostenbeitrag wird bei Beginn der Veranstaltung von den Gästeführerinnen erhoben. Anmeldungen und weitere Infos bei Erika Christmann unter 0421 803232.

Weyhe-Kirchweyhe, Treffpunkt Marktplatz am Brunnen
Erika Christmann
Fr, 17.05.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 12200001

Exkursion

Bremen - Das Haus des Reichs

Ein Gesamtkunstwerk der späten 1920er Jahre
Noch immer ist das Haus des Reichs etwas Besonderes - ein Gesamtkunstwerk der späten 1920er Jahre, das unter Denkmalschutz steht. In der Architektur und Innenausstattung zeugen kostbare Materialien wie Ebenholz-Vertäfelungen, römischer Travertin und Blattgold vom Einfluss durch Expressionismus und ArtDéco.
Während eines geführten Rundgangs durch den ehemaligen Firmensitz der Norddeutschen Wollkämmerei referiert die Kulturwissenschaftlerin Gundula Rentrop über die Geschichte und heutige Nutzung: Die Senatorin für Finanzen hat hier ihren Sitz. Sie erkunden das Gebäude von der unterirdischen Maschinenzentrale bis zum schönsten öffentlichen Dachgarten Bremens.
Treffpunkt: Rudolf-Hilferding-Platz 1, Haupteingang.

Bremen, Rudolf-Hilferdidng-Platz 1
Gundula Rentrop / Hanne Turner
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 16:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 6,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23203001

Exkursion

Zu Besuch bei Radio Bremen

Radio Bremen stellt sich vor: Der öffentlich-rechtliche Radio- und TV-Sender für Bremen und den Nordwesten.
Ein Rundgang führt die Besucher durch die Fernsehstudios, wo „buten un binnen“ oder andere Sendungen entstehen. Die Besichtigung der Hörfunkstudios sowie der Blick hinter die Kulissen der Nachrichten- und Sport-Redaktionen ist ebenso vorgesehen. Mindestalter: 14 Jahre.
Für die Organisation der Veranstaltung berechnet die VHS ein Entgelt von 6,00 €.

Bremen, Radio Bremen, Diepenau 10
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 25.03.13, 16:30 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 6,00 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 00210002

Meisterwerke des Films - der zweite Blick

in Kooperation mit dem Kino CITY46, dem Ev. Bildungswerk Bremen und der Bremer Volkshochschule
In fast 120 Jahren hat das Kino zahlreiche Meisterwerke hervor gebracht, die hin und wieder im Fernsehen zu sehen sind oder als DVD käuflich erworben werden können. Im Kino sind diese Filme weitgehend verschwunden. Dabei brauchen gerade die „großen“ Filme auch eine „große“ Leinwand! Das Seminar stellt solche Meisterwerke vor und ermöglicht einen analysierenden Blick darauf, wie sie gemacht sind: Vom Drehbuch über die Kameraarbeit, Lichtsetzung, Schauspiel, Bauten, Kostüme bis zur alles verbindenden Regie werden die einzelnen Elemente daraufhin untersucht , wie sie dazu beitragen, einen Film zum Meisterwerk zu machen. Anhand von Sequenzanalysen werden die Filme „zerpflückt“ und mit Hintergrundinformation zur Entstehung und den Machern verbunden.
Begleitend dazu zeigt das CITY46 vor und nach dem Seminar den jeweiligen Film in voller Länge und auf großer Leinwand in Ergänzung zum Seminar zum ermäßigten Preis von 4,00 €.
Die Filme werden immer am gleichen Montag wie das Seminar um 20:30 Uhr gezeigt (und weitere Vorführungen zu unterschiedlichen Zeiten). Termine: 18.02., 18.03., 15.04., 13.05., 10.06.13.
Anmeldung **nur** beim Ev. Bildungswerk unter Tel. 0421 346-1535 (Veranstaltungsnummer 131404).

Bremen, Kino „CITY46“, Birkenstr. 1
Christof Eckardt / Sabine Schnelle / u.a.
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 17:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 40,00 €, erm. 27,00 €.
Kursnummer: 00210001

Gong-Zeit am Karfreitag

Klang und Stille - heilsame Selbstfürsorge
Gongklänge beflügeln, laden ein zum Hören und Sich-tragen-lassen; auch zum Hinhören nach Innen, auf sich selbst. Still werden, schweigen können, einen Moment auf den ständigen, inneren Dialog verzichten.
Über die Erfahrung des rein akustischen Hörens und Nachklingens hinausgehend, besteht die Möglichkeit, Schwingung und Klang intensiv körperlich zu erleben, Resonanz zu spüren.
Klangerfahrungen verfeinern und intensivieren unsere Wahrnehmungen. Sie eröffnen einen Zugang zum bewussten Umgang mit Stille und zur Bilderwelt unserer Seele. Herzlich eingeladen sind alle, die sich eine Zeit von innerer Ruhe, Selbst-Bewusst-Sein und Regeneration wünschen.
Bitte mitbringen: Zeit, bequeme warme Kleidung, Wollsocken, eine Decke zum Zudecken, kleines Kissen

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Brigitte Zickmann
Anmeldung bis 15.03.13
Fr, 29.03.13, 12:30 Uhr
1 U-Tag, 2 U-Std., 20,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 00200027

Vortrag

Lale Andersen und Marlene Dietrich

in Kooperation mit dem Verein Kultur im Küsterhaus Varrel
Das Leben und die Lieder von Lale Andersen und Marlene Dietrich präsentiert Anna Haentjens, die schon mit anderen Programmen im Küsterhaus zu Gast war. Sie wird auch dieses Mal begleitet vom Pianisten Sven Selle.

Varrel bei Sulingen, Küsterhaus
Anna Haentjens
So, 10.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 10,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 11207002

Tagesseminar

Singen - bewegt!

Lieder mit Bewegung, Tanz und Pep
Stimme und Körper sind eine Einheit. Wer sich beim Singen bewegt, kann die Stimme viel lockerer klingen lassen und sich mit seinem Körper in Einklang fühlen.
An diesem Tag werden wir viele Lieder mit Bewegung ausprobieren: mit einfachen Klatsch- oder Gehrhythmen, mit Tanzschritten, mit freien Bewegungen, einstimmig und mehrstimmig, peppig und ruhig, aus unterschiedlichen Kulturen. Und wollen so die Freude an der eigenen Stimme und dem Singen in der Gruppe (wieder)entdecken.
Für Menschen, die Lust zum Singen haben - egal, ob mit oder ohne Vorkenntnissen!
Bitte warme Socken mitbringen.

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Stefanie Lubrich
Anmeldung bis 19.05.2003
Sa, 27.04.13, 12:30 Uhr
1 U-Tag, 7 U-Std., 22,00 €
Kursnummer: 23208001

Tagesseminar

Leben als Kunstwerk - biografische Reflexionen anhand von Bildern

in Kooperation mit der Kunsthalle Bremen
Was hat das Älterwerden - oder besser gesagt: das Leben - mit Kunst zu tun? Wie lässt sich die eigene Biografie mit einem Kunstwerk in Beziehung setzen? Wir begeben uns auf die Spuren unserer Biografie und Identität, werfen dabei einen Schulterblick auf beispielhafte philosophische sowie künstlerische Positionen, und sichten eigenes (Lebens-) Potential bzw. „künstlerische“ Anteile mittels einfacher, kreativer Methoden. Das Seminar findet im Atelier der Kunsthalle statt und beinhaltet den Besuch der aktuell laufenden Ausstellung.
Bitte maltaugliche Kleidung mitbringen.

Bremen, Kunsthalle
Sonja Bartscherer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 37,00 € inkl. aller Materialien, zzgl. Eintritt in die Kunsthalle
Kursnummer: 00205011

Zeichnen

Voraussetzung fürs Zeichnen ist das künstlerische Sehen. Wir werden unsere visuelle Wahrnehmungsfähigkeit trainieren und das Skizzieren und Zeichnen realer Gegenstände in verschiedenen Techniken erlernen. Die Darstellung „schwarz auf weiß“ bietet eine Fülle verschiedener Gestaltungsmöglichkeiten und legt ein Fundament für die weitere individuelle künstlerische Entwicklung.

Figürliches und gegenständliches Zeichnen

Um einen Gegenstand oder eine Figur überzeugend und interessant zu Papier zu bringen, muss man ihn konstruieren können. Jede noch so gelungene Darstellung eines Faltenwurfs verpufft wirkungslos, wenn die damit umhüllte Figur nicht stimmt. Das gilt auch für die Darstellung von Landschaften oder Gegenständen. Um etwas zeichnen zu können, muss man wissen, wie es aussieht. Deshalb ist das genaue Hinsehen ein wichtiger Teil der Arbeit, noch bevor der Künstler den ersten Strich zu Papier bringt. In diesem Workshop lernen Sie, Ihre Bilder auf dem Blatt effektvoll zu inszenieren. Sie erfahren etwas über Perspektive, die Wirkung von Licht und Schatten und experimentieren mit Schwarzweiß und Farbigkeit. Es werden Tipps bei der Darstellung unterschiedlicher Oberflächen und Strukturen (Holz, Stoff, Metall) gegeben und es gibt Hilfe bei der Wahl der Technik.
Zur Halbzeit des Workshops wissen alle, mit welcher Technik sie am Besten zurechtkommen und haben parallel eine fertige Skizze, die zur Vorzeichnung des eigenen Bildes dient, welches dann als vollständig ausgearbeitetes Werk mit nach Hause genommen werden kann.
Bitte mitbringen: 1 Skizzenblock, 1 mittelharter Bleistift HB oder 1B, 1 Spitzer, 1 Radiergummi (weich), 1 Bogen Zeichenkarton (je nach Vorliebe farbig oder weiß).

Kohle, Pastellkreide, Feder und Tusche oder Buntstifte zum Ausprobieren der verschiedenen Techniken werden bereitgestellt, solange der Vorrat reicht.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 562842

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Dörte Wollgast
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06./13.04.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 16 U-Std., 40,00 €,
Kleingruppe: 50,00 €
Kursnummer: 02205002

Tagesseminar

Zeichnen für „Nichtzeichner/-innen“

Zeichnen lernt man ganz ähnlich, wie man eine Sportart oder das Spielen eines Musikinstruments erlernt. Hat man sich erst einmal die Grundlagen angeeignet, basiert jeder technische Fortschritt einfach auf Üben, also: zeichnen, zeichnen, zeichnen. Die Übungen in diesem Kurs basieren auf fünf grundlegenden Wahrnehmungsfertigkeiten: Randlinien, Raumformen, Größenverhältnisse, Proportionen sowie Licht und Schatten. Sie lernen an verschiedenen Beispielen, Gesehenes schnell zu erfassen und intuitiv umzusetzen. Außerdem erhalten Sie praktische Tipps zur Umsetzung eigener Bildideen. Benötigt werden: Bleistifte verschiedener Stärken HB,2B,4B; Radierer; weißes Papier Din A4 und A3; ein Bogen dünner Karton von etwa 20x25 cm Größe, um daraus einen Rahmen für den Motivsucher zu schneiden.
Spez. Fragen z. Kurs: 0173 6067675

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Kathrin Gülker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 26.01.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 20,00 €
Kursnummer: 05205012

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Kathrin Gülker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 20,00 €
Kursnummer: 05205013

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Kathrin Gülker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 20,00 €
Kursnummer: 05205014

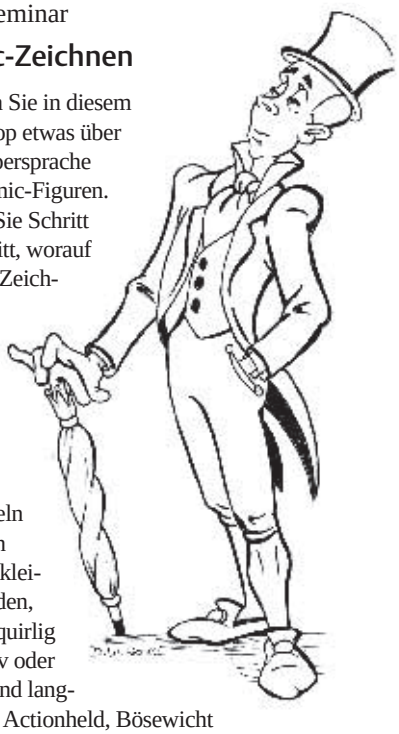
Zeichnen mit Bleistift, Kohle und Feder

Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Themen sind: Stillleben, Landschaftsbilder und Portraits.
Bitte Bleistifte HB, B2, B4 und Skizzenblock DIN A3 mitbringen. Weiteres Material nach Absprache.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 3296

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Marlies Göhring
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 09:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 23205008

Tagesseminar

Comic-Zeichnen



Erfahren Sie in diesem Workshop etwas über die Körpersprache von Comic-Figuren. Lernen Sie Schritt für Schritt, worauf es beim Zeichnen von Comic-Figuren ankommt und entwickeln Sie Ihren eigenen kleinen Helden, egal ob quirlig und aktiv oder dumm und langsam, ein Actionheld, Bösewicht oder ein Monster - Sie entscheiden, wie Ihre Comicfigur aussieht.
In der ersten Hälfte des Workshops werden Sie einen Figurenplan erstellen, der es Ihnen ermöglicht, Ihre Figur aus jeder Ansicht zu zeichnen und Ihren kleinen Helden in eine ausdrucksvolle Position zu bringen. Am Ende dieses Abschnitts steht die Vorzeichnung für ein Poster. In der zweiten Hälfte entwerfen Sie ein natürliches Umfeld für Ihre selbstentwickelte Comicfigur, wie lebt sie, wo wohnt sie. Am Ende des Workshops nehmen Sie ein fertiges Poster Ihres Comic-Helden mit nach Hause.

Bitte mitbringen: 1 Skizzenblock, 1 roten Buntstift, 1 blauen Buntstift, 1 weichen Bleistift, 1 Spitzer, 1 Radiergummi (weich)
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 562842

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Dörte Wollgast
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 25,00 €
Kursnummer: 23205001

Strukturen zeichnen und malen

Anfänger/innen und Fortgeschrittene
Realistisches Zeichnen und Malen erfordert das genaue Wiedergeben von Material und Oberfläche. Licht und Schatten, warme (z. B. Holz, Samt) und kalte (z.B. Eisen, Plastik) Materialien werden in der Darstellung „spürbar".
Bitte mitbringen: Zeichenpapier, Bleistifte (verschiedene Härtegrade) und Radiergummi.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 829

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Dietmar Brandstädter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.03.13, 19:00 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., 25,00 €
Kursnummer: 04205005

Tagesseminar

Gartenspuren - Pflanzen zeichnen, Details entdecken

Mit Bleistift & Papier sowie Buntstiften, Aquarellfarben ... wollen wir die harmonische Formenvielfalt der Pflanzenwelt entdecken und uns von den Pflanzen unserer Umgebung inspirieren lassen. Anhand von Blüten, Blättern und Arrangements lernen Sie die Grundlagen des Zeichnens: Licht und Schatten, Proportion und Perspektive sowie Komposition. Als weitere Gestaltungsmöglichkeit kommt die Farbe ins Spiel.
Zwischen den kreativen Übungen wird es Raum geben für Hintergrundwissen zu den Pflanzen und inspirierende Gartengespräche.
Bitte mitbringen: Zeichenblock A3, Bleistifte 2H/HB/4B/6B, Spitzer, Radiergummi, Lineal und Farben & auch etwas leckeren Proviant.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 803594

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Katja Purnhagen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 08.06.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 32,00 €,
Kleingruppe: 37,00 €
Kursnummer: 04205006

Aquarell

Die Besonderheit eines Aquarells liegt in der Transparenz und Intensität der Aquarellfarben, die durch höchste Farbbrillanz und Leuchtkraft bestechen. Sie bewirken seine Leichtigkeit und machen es besonders geeignet, Stimmung und Atmosphäre eines Motivs einzufangen.
Gestalterisches Arbeiten in der Gruppe und die Auseinandersetzung mit Materialien und Techniken sind die wesentlichen Bestandteile des Aquarellkurses. Mit unterschiedlichen Methoden sollen die verschiedensten Motive auf den Malgrund gebracht und dabei versucht werden, die individuellen Eindrücke und die eigene Sicht der Dinge zu verdeutlichen. Reine Aquarellmalerei wie auch Mischtechniken können dabei zum Einsatz kommen.

Aquarell-Malerei

Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
In diesem Kurs werden die Grundfertigkeiten der traditionellen Techniken der Aquarellmalerei erlernt und für fortgeschrittene Maler vertieft. Ziel des Kurses ist: Motive vom Detail zum Bild zu erarbeiten, mit oder ohne Vorzeichnen, die Bildkomposition mit zu beachten und die Wirkung von Licht und Schatten. Die experimentellen Ausdruckformen durch verschiedene Malmittel werden noch einmal vorgestellt. Auf diese Weise können neue Impulse geweckt werden und mit der traditionellen Form der Aquarellmalerei in Einklang gebracht werden.
Es entstehen geringe Materialkosten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04273 93110

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Karin Altrogge
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Termin steht noch nicht fest. Bitte erkundigen Sie sich bei der VHS.
10 U-Tage, 30 U-Std., 75,00 €
Kursnummer: 22205002

Aquarelle malen

Anfänger/-innen und Leicht-Fortgeschrittene
In einer Einführung befassen wir uns mit Materialkunde, den Prinzipien von Bildaufbau, Bildgestaltung und Perspektive. Für Anfänger/-innen rekapitulieren wir grundlegende Techniken wie Nass- und Trocken-Techniken sowie das Anlegen von Lasuren und Farbverläufen. Fortgeschrittene erweitern ihre Kenntnisse hinsichtlich Komposition und freiem Arbeiten mit weiterführenden Aquarelltechniken und Gestaltungsmöglichkeiten. Gemeinsam arbeiten wir anhand von Blumenbouquets und mittels Fotovorlagen von verschiedenen Malmotiven (Landschaften, Stillleben, Blumen) die wesentlichen Bildelemente heraus, setzen uns mit der Komposition des Bildes auseinander und malen anschließend das Aquarell.
Schwerpunkte des Kurses sind immer die individuellen Malübungen und die damit verbundene Intensivierung der malerischen Mittel hin zu einem sicheren Umgang mit Aquarellfarben und Pinseln.
Individuelle Bildbesprechungen finden während des Aquarellierens statt.

Weitere Termine: 14.02, 21.02., 28.02., 07.03., 14.03., 04.04., 11.04.2012
Bitte zum Kurs mitbringen: Aquarellfarben, Pinsel (Flachpinsel, Rundpinsel, kleine und große), Aquarellpapier (mind. 30x40 cm, mind. 250 g, fein), Bleistifte(4B), Knetradiergummi, Aquarellstifte, Mallappen/ Küchenkrepp, Wassergefäß.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 803675

Stuhr-Moordeich, Lise-Meitner-Schule, Kunstraum
Wilfried Lehnert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:00 Uhr
8 U-Tage, 24 U-Std., 62,00 €,
Kleingruppe: 72,00 €
Kursnummer: 21205002

Aquarell-Malerei

Von skizzenhaft bis ins Detail ausgearbeitet, kann mit Pinsel und Aquarellfarben gearbeitet werden. Dieser Kurs ist für alle geeignet, die Lust haben, in einer kleinen Gruppe kreativ zu sein und gerne mit Spaß, Neugierde und in individuellen Übungen Gesehenes mit Farben und auch Mischtechniken wiedergeben möchten. Folgende Grundlagen werden vermittelt: Farbenlehre, Komposition, Proportion und Perspektive, Licht und Schatten sowie Rhythmus und Stofflichkeit.
Anfänger/-innen und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen!
Die Bassumer Aquarellgruppe wird voraussichtlich im Herbst 2013 eine Auswahl ihrer Aquarelle in der „Alten Posthalterei“ in Syke zeigen. Es werden ausschließlich Arbeiten ausgestellt, die im Kurs entstanden sind.
Bitte Aquarellfarben sowie Aquarellpapier und Bleistift mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 4077

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Silvia Lauer-Schulz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 18:45 Uhr
8 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 02205001

Aquarell-Malerei

Nicht auf der Suche nach dem Licht, aber auf der Suche danach, es darzustellen, ist das Aquarell ein besonderes Medium. Es ist der Anfang und die Krone der Malerei und nach einfachen und klaren Regeln zu erlernen. Die Lust am Malen reicht dafür als Voraussetzung.
Material: kl. Aquarellkasten, 6 oder 12 Farben (Farbempfehlung wird in der ersten Stunde gegeben), Aquarellblock oder einzeln aufgezogenes Papier, weicher Schwamm, Bleistift B oder 2B, Radiergummi, 3 bis 4 Aquarellpinsel
Spez. Fragen z. Kurs: 04247 433

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Reinhold Contzen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 21.02.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 30,00 €
Kursnummer: 04205002

Wochenendseminar

Freies Aquarellieren nach Motiven aus der Natur

Der Aquarell-Workshop richtet sich an Interessierte, die bereits gute Vorkenntnisse und einige Erfahrung mit dieser Malerei haben. Wenn das Wetter es zulässt, werden wir die überwiegende Zeit im Freien, vor dem Motiv malen.
Zur Vorbereitung befassen wir uns zunächst in einer kurzen Einführung mit der Materialkunde und skizzieren und malen danach einzelne Baumtypen mit ihren Charakteristika und legen uns ein Musterblatt an.
Vor dem Motiv malen wir anschließend einige Einzelbäume in ihrer Umgebung und danach Baumgruppen. Licht und Schatten, Anordnung der Bäume, Perspektive und Farbwahl bestimmen die Bildgestaltung.
Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Pinsel (Flachpinsel, Rundpinsel, kleine und große), Aquarellpapier (mind. 30x40 cm, mind. 250 g, fein), Bleistifte (4B), Knetradiergummi, Aquarellstifte, Mallappen/ Küchenkrepp, Wassergefäß.
Zum Malen im Freien: leichter Hocker, feste Schuhe, feste Malunterlage oder Malstativ.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 803675

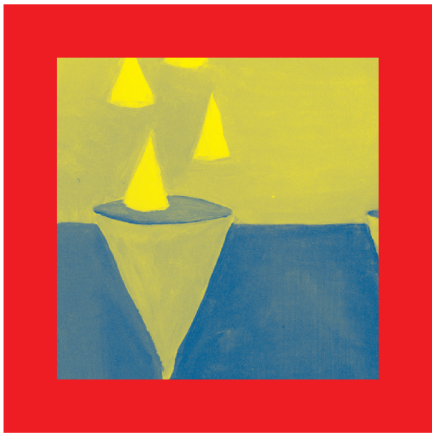
Stuhr-Varrel, Gutshaus Varrel, Varreler Feld
Wilfried Lehnert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 21.04.13, 10:00 - 14:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €
Kursnummer: 21205001

Acryl

Acrylfarbe ist mit Wasser verdünnbar. Sie kann transparent (aquarellartig) bis deckend aufgetragen werden und ist fast auf jedem Untergrund malbar. Pinsel werden mit Wasser gereinigt. Acrylfarbe trocknet schnell und ist nach dem Trocknen wetterfest.

„Da springst du im Quadrat“ - mit Ideen, Farben, Formen

Malen auf der quadratischen Fläche. Das Quadrat als geringstmögliche Formatvorgabe mit höchstmöglicher Spannung. Mit dieser scheinbaren Beschränkung und gleichzeitigen Freiheit wollen wir - auf Papier und Leinwand, mit Acrylfarben, Wasserfarben, Stiften, Kreiden etc. - ausprobieren, was alles möglich ist.
Für alle mit etwas künstlerischer Vorerfahrung, mit Lust auf Experimente, mit Lust auf sinnliche Entdeckungen, mit Lust auf serielles und freies Arbeiten, mit Lust auf ungewöhnliche, farbige, quadratische Tage in Bassum.
Sa, 27.04. - Mi, 01.05.2013
Es entstehen Materialkosten.



Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Ingrid Seidel
Anmeldung bis 25.03.2013
Sa, 27.04.13, 11:00 Uhr
5 U-Tage, 370,00 € inkl. Ü/VP im DZ, EZ-Zuschlag 44,00 €; 290,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00205001

Acrylfarbe: Malen und Experimentieren

Die Eigenschaften der Acrylfarbe bieten viele experimentelle Gestaltungsmöglichkeiten, die wir in diesem Kurs erproben wollen. Der Kursverlauf wird dabei durch Aufgaben und Übungen von der Kursleiterin strukturiert. Wir arbeiten überwiegend abstrakt. Themen wie Bildaufbau und Komposition werden vermittelt.
Mit Pinseln, Spachteln, Schwämmen und anderen Malwerkzeugen wird auf Papier, Pappe und Leinwand gearbeitet. Zusätzliche Mittel, wie Spachtelmassen, Sand, Seidenpapier, Collagematerialien und Farbpigmente in Pulverform verändern die Bildoberfläche und schaffen reliefartige Texturen.
Anfänger/-innen sind willkommen.
Das Material wird von der Kursleiterin gestellt. Es fallen Materialkosten von 10,00 € an. Bitte maltaugliche Kleidung mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04247 970087

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Cordula Kagemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 22205001

Acryl-Malerei

Es werden keine Kenntnisse vorausgesetzt, allein die Bereitschaft zum experimentellen Umgang mit Farbe und Form. Losgelöst von der realen Form, vom Gegenständlichen über seine Vereinfachung hin zum Abstrakten bis zur gegenstandslosen Malerei. Einfache Experimente führen zum Ergebnis.
Bitte mitbringen: Acryl-Farben, Pinsel, Keilrahmen oder Leinwände.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 4450

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marlene Seifert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:30 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €
Kursnummer: 05205004

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marlene Seifert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 10:00 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €
Kursnummer: 05205008

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marlene Seifert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 19:30 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €
Kursnummer: 05205005

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marlene Seifert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 10:00 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €
Kursnummer: 05205009

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marlene Seifert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 28.05.13, 19:30 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 37,50 €
Kursnummer: 05205006

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marlene Seifert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 28.05.13, 10:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 37,50 €
Kursnummer: 05205010

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marlene Seifert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 13.08.13, 10:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 37,50 €
Kursnummer: 05205011

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marlene Seifert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 13.08.13, 19:30 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 37,50 €
Kursnummer: 05205007

Acryl-Malerei

für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Vom Bildaufbau zur freien Malerei. Wir experimentieren mit Acrylfarben.
Zum ersten Maltag bitte mitbringen: Pinsel, Acrylfarben und 2 Leinwände, etwa 30 x 40 cm.
Spez. Fragen z. Kurs: 04274 257002

Wagenfeld, Schulzentrum, Zeichensaal, Branntweinsweg 13
Marianne Kellermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 18:00 Uhr
8 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 26205001

Wagenfeld, Schulzentrum, Zeichensaal, Branntweinsweg 13
Marianne Kellermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 16:00 Uhr
8 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 26205002

Tagesseminar, Frauen

Farbe erleben - Malen für Frauen

Möchten Sie gerne an einem Samstag Ihre Kreativität mit Pinsel und Farbe ausleben? Nach eigenen Ideen oder Vorlagen und Motiven, die die Kursleiterin mitbringt, kann an diesem Tag ein Bild entstehen. Sie haben die Möglichkeit, unter Anleitung mit Acrylfarbe zu experimentieren. Es werden verschiedene Gestaltungsmöglichkeiten, die die Acrylfarbe bietet, vorgestellt.
Großformatiges Papier, Pinsel, Malwerkzeuge und Farben werden gestellt, Leinwände müssen bei Bedarf selbst mitgebracht werden.
Es fallen Materialkosten von ca. 6,00 € an. Bitte maltaugliche Kleidung und einen Mittagsimbiss mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04247 970087

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Cordula Kagemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 24,00 €
Kursnummer: 22205701

Experimentelle Acryl-Malerei

Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene
Wir nutzen die Vielfältigkeit der Acrylmalerei, um mit Pinsel, Spachtel und Schwamm kreativ tätig zu sein. Zusätzliche Materialien, wie z. B. Sand, Papier und Spachtelmasse können ins Bild eingearbeitet werden. Das Ziel ist es, die Fantasie anzuregen, eigene Ideen zu entwickeln und umzusetzen, so dass unverwechselbare Unikate entstehen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2732

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Marianne Sfalanga
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:30 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 75,00 €
Kursnummer: 12205002

Künstlerische Techniken: Umgang mit Bleistift, Pastellkreide, Aquarell- und Acrylfarbe

Hier können Sie die verschiedenen Techniken kennenlernen und vertiefen. Der erste Teil des Kurses beginnt mit einer Einführung in die Zeichentechnik (Bleistift, Kohle, Pastell). Weiter geht’s mit der Aquarellmalerei (Lasur- und Nasstechnik) bis hin zu den Grundkenntnissen der Acrylmalerei. Ab der zweiten Kurshälfte können Sie sich auf eine Technik und ein Thema festlegen

Junge VHS

Mehr zur Veranstaltungsreihe Junge VHS siehe Seite 69.

Malen für Kinder (6-10 Jahre)

Lust auf`s Malen und Zeichnen? Dann seid ihr hier genau richtig. Wir malen mit Acrylfarben, Pastell und Ölkreiden und zeichnen mit Kohle, Pastell- und Bleistiften.
Es entstehen Materialkosten von ca. 10,00 €

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Gabriela De Beule
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 15:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 15,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05205002

Ferienmalschule für Kinder mit einem Eltern- oder Großelternteil

Fünf Vormittage lang malen Kinder mit einem Eltern- oder Großelternteil. Wer Lust hat, kann mitmachen - auch ohne Vorkenntnisse. Im Umgang mit Farben (Gouache), Formen und Strukturen gilt es, Fähigkeiten zu entdecken.
Bitte auf maltaugliche Kleidung achten.
Materialkosten: ca. 20,00 € für Kind mit Erwachsenem.
Mo - Fr 9:30 - 11:45 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 4450

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marlene Seifert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.03.13, 09:30 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 45,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05205000

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marlene Seifert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 01.07.13, 09:30 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 45,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05205001

Osterferien-Zauberworkshop für Kinder (8 - 12 J.)

Hier können Kinder selbst einen Tag lang die faszinierende Technik des Zauberns erlernen. Die gezeigten Tricks werden von ihnen selbst gebastelt, erlernt und vorgeführt. So werden die kleinen Zauberlehrlinge bald Schnüre länger oder kürzer zaubern, Streichholzschachtelgeister beherrschen und Geldstücke spurlos verschwinden lassen. Würfelzucker wird magisch den Platz wechseln und eine Flasche ohne viel Federlesens durch den Tisch geschlagen. Die großen Tricks sind für Kinderhände schnell zu meistern und fördern die Fingerfertigkeit und den Spaß, das Publikum zu verblüffen. Kinder können die Tricks auch schnell zuhause zeigen, da nur einfache Utensilien (Schere, Zeitung, Tücher, Flaschen...) benötigt werden. Mit Hilfe eines Zauberbüchleins können die gelernten Zaubereien bei Bedarf nachgeschlagen werden.
Bitte für die Mittagspause und eine kleine Pause ausreichend Verpflegung und Getränke mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 971327

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Brigitta Wortmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.03.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 20,00 €. Materialkosten 5,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04202004

und diese vertiefen. Sie erhalten Anregung und Ideen unter Berücksichtigung von Bildaufbau, Komposition, Farbgebung, Struktur. Der Kurs ist geeignet für Einsteiger/-innen und leicht fortgeschrittene Maler/-innen. Eine Materialliste wird zugesandt. In den Osterferien kein Unterricht.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 4077

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Silvia Lauer-Schulz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 15:00 Uhr
8 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €
Kursnummer: 23205000

Ölmalerei

In diesem Kurs malen wir mit Pinsel oder Spachtel in der Primamalerei oder in Lasurtechnik. Es können sowohl traditionelle als auch abstrakte Bilder entstehen. Wir arbeiten nach Vorlagen aus der Kunstgeschichte, Fotografien sowie eigenen Ideen. Grundlagen der Malerei, wie Perspektive, Bildaufbau sowie Licht- und Schattensetzung werden anhand der Motive erlernt und angewendet.
Der Malkurs eignet sich für Beginnende, die das Malen mit Ölfarben kennen lernen möchten sowie für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen.
Es entstehen Materialkosten: 8,00 €.
Spez. Fragen z. Kurs: 04247 970087

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Cordula Kagemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 04205007

Mit Pinsel, Farbe und Palette

Wir experimentieren mit verschiedenen Maltechniken, schwerpunktmäßig arbeiten wir mit Acrylfarben. Wir lernen die Einsatzmöglichkeiten der Malmittel (Farbe, Pinsel, Spachtel) und die verschiedenen Techniken des Farbauftrags kennen. Gestalterische Elemente des Bildaufbaus, der Farb- und Formgebung werden anhand verschiedener Themen vermittelt.
Für Anfänger/-innen und für Fortgeschrittene geeignet. Material kann bei der Kursleiterin erworben werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04274 257002

Varrel bei Sulingen, Schule
Marianne Kellermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 18:30 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 33,00 €,
Kleingruppe: 43,00 €
Kursnummer: 11205001

Mit Pinsel, Farbe und Palette

„Mehrgenerationen-Kurs“
Varrel bei Sulingen, Schule
Marianne Kellermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 16:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 33,00 €,
Kleingruppe: 43,00 €
Kursnummer: 11205002

Tagesseminar

Malmaterial und Farben selber herstellen

Inhalt und Form eines Bildes können mit Farben aus eigener Herstellung in der Aussage gesteigert werden. Fertig gekaufte Farbe sieht zwangsläufig immer gleich aus. Wir reiben unsere Farben aus Erden und Mineralien selbst an und bestimmen die Bindemittel und Zuschlagstoffe selber. Der Farbgrund auf Papier, Pappe, Holz, Leinwand etc. wird selber hergestellt.
Wir erlernen die Grundlagen in der Technik der Malerei und des bildnerischen Gestaltens sowie den Einfluss des Materials auf den Inhalt eines Bildes.
Dieser (Grund-) Kurs ist nicht nur für Anfänger/-innen gedacht. Materialien wie: Erden, Mineralien, Rost, Ruß, Kreide, Bindemittel, Leim, Holzkohle und Bildträger jeder Art usw. können mitgebracht oder zum Selbstkostenpreis im Kurs erworben werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 829

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Dietmar Brandstädter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 10.03.13, 13:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €
Kursnummer: 04205004

„Kunst - Mix“

Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Für alle, die gerne experimentieren und verschiedene künstlerische Techniken ausprobieren oder sich diese nur einmal ansehen möchten.
Angeboten werden abstrakte Malerei in Acryl, Holzschnitt und Oberflächengestaltung. Bei der abstrakten Malerei kann neben dem Pinsel auch mit anderen Arbeitsmaterialien, wie z. B. Spachteln oder Schwammpinseln gearbeitet werden. Beim Holzschnitt wird mit Hilfe von Schnitzmessern ein Motiv in eine Holz- oder Linolplatte geschnitzt und anschließend gedruckt. Bei der Oberflächengestaltung geht es um die Behandlung einer Oberfläche, z. B. von Holz, Eisenplatten oder Leinwänden, denen man mit entsprechenden Mitteln einen Rost-Effekt oder eine Patina verleihen kann.

Vorhandenes Material ist bitte mitzubringen, kann aber auch über die Kursleitung besorgt werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 971499

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Britta Gansberg
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 19:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 37,50 €
Kursnummer: 02205004

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Britta Gansberg
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 27.05.13, 19:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 37,50 €
Kursnummer: 02205006

Dekorative Bilder - selbst gestaltet

Dem neuen Trend der Wohnraumgestaltung entsprechend werden wir aus bespannten Keilrahmen ganz persönliche dekorative Bilder herstellen. Wir arbeiten mit verschiedenen Materialien. Mit Hilfe von Acrylfarbe, Strukturen, Schablonen und Effekten entsteht ein individuell gestaltetes Bild für Ihr Zuhause. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 0151 14454023

Kurstermine: 18.2., 25.2., 4.3., 11.3. und 18.3.13
Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Gundula Gudde
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 19:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 53,50 €
Kursnummer: 23205010

Kurstermine: 25.3., 8.4., 15.4., 22.4. und 29.4.2013
Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Gundula Gudde
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 25.03.13, 19:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 53,50 €
Kursnummer: 23205011

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Gundula Gudde
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 19:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 53,50 €
Kursnummer: 04205008

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Gundula Gudde
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.03.13, 19:00 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 53,50 €
Kursnummer: 04205009

Kunst und Kulturtechniken für Menschen mit Behinderungen

in Kooperation mit der Lebenshilfe Sulingen
In diesem Kurs werden wir uns den verschiedenen Kulturtechniken mit verschiedenen Übungen oder in kleinen Projekten zuwenden. Die Zeiten werden mit der Dozentin abgesprochen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04247 1521

Sulingen, Wohnanlage Lebenshilfe
Bärbel Bahlke-Meisel
Termin stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest.
10 U-Tage, 30 U-Std., 105,00 €
Kursnummer: 00205020

Kunstkurs für Menschen mit Behinderungen

in Kooperation mit der Lebenshilfe Sulingen
Dieser Kurs soll die individuellen Ausdrucksmöglichkeiten der Teilnehmenden fördern, eigene Fähigkeiten entdecken und weiterentwickeln helfen. Insbesondere wird bei der Gestaltung des Kurses und dem Einsatz der künstlerischen Mittel auf die Wünsche und Vorstellungen der Teilnehmenden Rücksicht genommen, wobei sich der eigene künstlerische Ausdruck der Teilnehmenden unabhängig von technischen und handwerklichen Schwierigkeiten entfalten kann.
Der Kurs ist kein Beschäftigungs- oder ergotherapeutisches Angebot, sondern folgt einem künstlerischem Anspruch. Die Zeiten werden mit der Dozentin abgesprochen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04247 1521

Sulingen, Wohnanlage Lebenshilfe
Bärbel Bahlke-Meisel
Termin stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest.
10 U-Tage, 30 U-Std., 105,00 €
Kursnummer: 00205021

Malen und Gestalten mit Farben

in Kooperation mit den Delme-Werkstätten für Behinderte/Leeste
Wir experimentieren mit Farben, Formen sowie Techniken und gestalten kleine und große Kunstwerke.
Der Kurs findet alle 14 Tage statt.

Weyhe-Leeste, Delme-Werkstätten, Am Weideufer 30
Monika Mohrmann-Wulf
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Termin bitte erfragen.
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €
Kursnummer: 00205040

Malen und Gestalten mit Farben

in Kooperation mit dem Behindertenwohnheim Weyhe-Lahausen
Wir experimentieren mit Farben, Formen und gestalten kleine und große Kunstwerke.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2732

Weyhe-Lahausen, Behindertenwohnheim, Schlehenkamp
Marianne Sfalanga
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 30,00 €
Kursnummer: 12205003

Tagesseminar

Stempel herstellen

Sie dekorieren gerne und nutzen auch schon Stempel, aber finden das gewünschte Motiv nicht im Handel? Sie wollten immer schon mal „den“ besonderen Stempel nach Ihren eigenen Vorstellungen herstellen? Sie erfahren, wie man eine Abbildung auf einen Stempel übertragen kann, wie man frei arbeitet und wo die Grenzen des vorgestellten Verfahrens liegen. Wir arbeiten mit Radiergummiplatten; das Verfahren ähnelt dem Linolschnitt, es wird Linolschnitt-Werkzeug eingesetzt. Allerdings ist die Stempelplatte weicher und daher leichter zu bearbeiten. Materialien werden von der Kursleiterin mitgebracht.

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Silke Friedhoff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.02.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,00 €
Kursnummer: 23205002

Kalligraphie - Schreiben wie im Mittelalter

Die „Bastarda“ ist die Urgroßmutter unserer heutigen Schreibschrift. Im Mittelalter war sie die Gebrauchsschrift neben der Fraktur, geriet in Vergessenheit und ist erst seit ein paar Jahren wieder in den Schriftmusterbüchern zu finden. Dabei reizt sie durch ihre „Gegenläufigkeit“ und bietet als Vorläuferin der Kanzleischrift viele Möglichkeiten zur Verzierung und Anreize, sie zur Kalligraphie einzusetzen.
Kalligraphie - die Gestaltung eines Blattes mittels Schrift - setzt die Beherrschung einer Schrift voraus.
Gezeigt wird der Umgang mit Feder, Tinte und Papier, es werden Tipps und Anregungen gegeben, sowie Korrektur der ersten eigenen Schreibergebnisse.
Bitte mitbringen: kariertes Papier DIN A4, Schreibutensilien (Federn, Federhalter und

Tinte können vor Ort für 12,00 € erworben werden)
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 7818

Barnstorf, Bibliothek, Am Markt 4
Hella von Beckerath
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 28.02.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 9 U-Std., 19,80 €,
Kleingruppe: 24,80 €
Kursnummer: 01205001

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Hella von Beckerath
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 26.02.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 9 U-Std., 19,80 €,
Kleingruppe: 24,80 €
Kursnummer: 02205007

Wochenendseminar

Kalligraphie - Schreiben wie im Mittelalter

Fr 17 - 20 Uhr,/Sa 10 - 14 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 7818

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Hella von Beckerath
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 9 U-Std., 19,80 €,
Kleingruppe: 24,80 €
Kursnummer: 04205001

Nanas und andere Pappmaché-Skulpturen

NANAS nannte Niki de Saint Phalle ihre Frauenskulpturen. Wir bauen mittels einer unkomplizierten Technik aus Draht, Papier und Farbe kraftvolle lebensfrohe Figuren oder Objekte ab 40 cm. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Bemalt werden die Figuren mit Acrylfarbe, die bunten und prallen Formen wirken durch ihre Leichtigkeit und Fröhlichkeit. Der Kurs beinhaltet eine Hausarbeit: das Bekleben der Drahtobjekte mit Papier.
Bitte Spitzzange und Blumendraht mitbringen. Es entstehen Materialkosten von ca. 15,00 €. Sa, 23.02. und Sa, 09.03.13.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 5629

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Gisela Wiechmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.02.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 14 U-Std., 35,00 €
Kursnummer: 02206001

Himmelfahrt
Do 09.05. - So 12.05.13

Wochenendseminar

Kalligrafie - vom Wort zum Schrift-Bild

Ausgangspunkt dieses Workshops sind die Lombardischen Majuskeln, die im 12. Jahrhundert als Auszeichnungsschrift für die Buchgestaltung geschrieben, gezeichnet und gemalt wurden. Ihre bildhafte Wirkung macht sie zum Blickfang für kalligrafische Texte. Nach einer Einarbeitung in die Formen und Proportionen des Alphabets werden wir mit unterschiedlichen Werkzeugen und Techniken nach modernen Ausdrucksformen suchen. So können grafische Umsetzungen, Wort-Bilder oder Schrift-Gemälde entstehen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Do 17.05. - So 20.05.2012
Bitte mitbringen: Viel Papier! Kariertes Papier (Block/Heft DIN A4), Zeichen- oder Skizzenblock DIN A3, einige Bögen Aquarell- und Tonpapier; Federhalter, Bandzug- und Zeichenfedern, farbige Tinten, Aquarell- und/oder Deckfarben (falls vorhanden), Pinsel, Buntstifte, feine Filzschreiber, Lineal, Bleistift, Schere, Klebestift, Küchenrolle sowie einige verschließbare Gläser zum Anmischen und Transport der Farben. Federn und Halter können auch im Kurs erworben werden (ca. 3 Euro). Bitte kurze Texte zum Schreiben nicht vergessen!

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Sabine Pfeiffer
Anmeldung bis 18.04.2013
Do, 09.05.13, 11:00 Uhr
4 U-Tage, 30 U-Std., 280,00 €, inkl. Ü/VP, EZ-Zuschlag 33,00 €, 230,00 € ohne Ü, mit Mittag- und Abendessen
Kursnummer: 00205003

Wochenendseminar

Wolkenschwer - steinleicht. Arbeiten mit Speckstein

Alles wollen wir ausprobieren: Steinen eine kraftvolle Form und eine schmeichelnde Form geben. Konturen hervorheben, andere glätten. Specksteine gibt es in vielen Größen und unterschiedlichen Farben. Vom Schmeichelstein bis zur großen Skulptur ist alles machbar. Dafür wollen wir uns mit einem Blick auf andere Künstler und Künstlerinnen sowie durch Anregungen aus der Natur inspirieren lassen.
Wir arbeiten draußen, aber unter einem Dach.
Das Seminar ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene gedacht, für Frauen und Männer, einfach für alle, die Lust auf kreative Tage in schöner Umgebung haben.
Do 09.05. - So 12.05.13
Steine und Werkzeug werden von der Dozentin mitgebracht, die Abrechnung geschieht je nach Verbrauch.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Ingrid Seidel
Anmeldung bis 18.04.2013
Do, 09.05.13, 11:00 Uhr
4 U-Tage, 30 U-Std., 280,00 €, inkl. Ü/VP, EZ-Zuschlag 33,00 €; 230,00 € ohne Ü, mit Mittag-/Abendessen
Kursnummer: 00206001

Tagesseminar

Bildhauer-Kurs mit Ytong-Stein

Den Teilnehmern wird die Gelegenheit gegeben, die persönlichen Talente zu entdecken. Von der Blumensäule über den Fantasiekopf bis hin zu völlig freien Formen ist alles möglich. Der Ytongstein bietet viele Gestaltungsmöglichkeiten und ist dabei leicht zu bearbeiten. Verschiedene Bildhauertechniken werden eingeführt. Werkzeuge wie Stecheisen, Zahneisen, Raspel und Feile kommen zum Einsatz. Zum Schluss kann die Oberfläche des Steins rauh gelassen oder mit Schmirgelpapier glatt poliert werden. Jeder Teilnehmer wird einen eigenen Stein bearbeiten und diesen auch mit nach Hause nehmen.
Bitte mitbringen: warme Jacke, feste Schuhe, einen Imbiss und, wenn vorhanden, Arbeitshandschuhe, Schutzbrille und Werkzeug. Die Ytong-Steine werden von der Kursleitung besorgt.
Für das Material und für eine evtl. Werkzeugbenutzung entstehen Kosten, die direkt mit der Kursleitung vor Ort abgerechnet werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 05446 902215

Rehden, Atelier Schöpke, Am Sportplatz 1
Edeltraud Schöpke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 08.06.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 33,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 15206001

Tagesseminar

Faszination Papier

Papierschöpfen in historischem Ambiente
Der Rohstoff für unsere Papiere besteht aus verschiedenen einheimischen Pflanzen, die den Papieren ihre eigene, unverwechselbare Struktur und Farbgebung verleihen. Zusätzlich können Blüten, Blätter, Stoffreste, Seidenfäden und viele andere Materialien eingeschöpft werden, so dass Sie Ihr individuelles Schmuck-, Umschlag- und Schreibpapier herstellen können. Mit einem speziellen Schöpfsieb können Sie auch eigenes Visitenkartenpapier schöpfen. Die möglichen Papierformate reichen von DIN A 5 bis zum Format 50 x 70 cm.
Die von Ihnen dabei erlernte Technik der Papierherstellung ist in vereinfachter Form auch bei Ihnen zu Hause umsetzbar.
Materialkosten: 8,00 €
Spez. Fragen z. Kurs: 04251 670600

Tagesseminar

Kreativ mit finnischen Papiergarnen

Ranken mit Frühlingsblühern und Sommerblumen
Entdecken Sie die vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten dieses ungewöhnlichen und farbintensiven Materials. Das Arbeiten mit finnischen Papiergarnen ist leicht zu erlernen und erzielt eine große Wirkung. Wir werden eine wunderschöne Blütenranke gestalten, die alsTisch-, Fenster- oder Wanddekoration ein Blickfang ist.
Die Originalmaterialien sind bei der Kursleiterin erhältlich. Es entstehen Materialkosten von ca. 6,00 €.

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Jutta Tiemeier
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 17,50 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 05212001

Bruchhausen-Vilsen, Wassermühle, Bruchmühlen Nr. 2
Gisela Große Frie
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 01.06.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 9 U-Std., 27,00 €
Kursnummer: 04212001

Wochenendseminar

Schmieden am Gut Varrel

in Kooperation mit dem Förderverein Gut Varrel
Wer handwerkliche Techniken des Schmiedens erlernen oder seine Kenntnisse verbessern möchte, ist hier richtig. Praktische Arbeiten an Esse und Amboss stehen im Vordergrund. Mit einfachen Mitteln wird an zwei Tagen wie früher geschmiedet.
Fr /Sa jeweils 10:00 - 17:00 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 804262

Stuhr-Varrel, Gutshaus Varrel, Varreler Feld
Peter Steinke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 16 U-Std., 60,00 €
Kursnummer: 21206201

Wochenendseminar

Schmieden

in Kooperation mit dem Kreismuseum Syke
In der historischen Schmiede des Kreismuseums werden vom Museumsschmied Peter Steinke handwerkliche Techniken des Schmiedens vermittelt. Praktische Arbeiten an Esse und Amboss stehen dabei im Vordergrund.
Hammer, Zange, Abschroter und Locher sind die einfachen Werkzeuge mit denen gearbeitet wird.
Sa/So 10:00 - 17:00 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 804262

Syke, Kreismuseum, Diele
Peter Steinke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 04.05.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 16 U-Std., 60,00 €, inkl. Kaffee und Kuchen und Material für 2 Schmiedeteile
Kursnummer: 23212007

Syke, Kreismuseum, Diele
Peter Steinke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 25.05.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 16 U-Std., 60,00 €, inkl. Kaffee und Kuchen und Material für 2 Schmiedeteile
Kursnummer: 23212008

Holz-, Kerb- und Reliefschnitzen

Technik des Schnitzens erlernen
Vom Salatbesteck über Handschmeichler, individuelle Holzschalen bis hin zum Figurenschnitzen reicht das Spektrum dieses Kurses. Alle können ihre eigenen Vorstellungen einbringen und ausführen. Es werden auch bestimmte Gruppenarbeiten als Lehraufgaben durchgeführt. Sicherheitsvorschriften sowie Werkzeugkunde und -handhabung sind ebenfalls Kursinhalte. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Es entstehen Materialkosten.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 803352

Wochenendseminar

Die Kunst der Mosaike

in Kooperation mit dem Kreismuseum Syke
Am ersten Tag wird Ihnen fachkundig die Technik des Mosaiklegens und des unterschiedlichen Materials vermittelt sowie das Entwerfen eines eigenen Mosaiks. Am zweiten Tag werden Sie nach dem Erhärten des Klebers Ihr eigenes Mosaik mit dem Verfugen fertig stellen.
Es soll ein Mosaik in der Größe von 35 x 35 cm auf Netz oder auf Holz entstehen.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Sa 11:00 - 15:30 Uhr, So 11:00 - 14:00 Uhr
Bitte für die Mittagspause ggf. einen kleinen Imbiss mitbringen.
Materialien können gegen eine Pauschale von 15,00 € (Holzplatte, Steine, Kleber, Fugen) im Kurs erworben werden.
Sie können auch gerne eigenes Material, wie z.B. ein Tablett oder Mosaiksteine mitbringen. Und für Ihr Design können Sie ebenfalls gerne Bilder oder Muster mitbringen.

Syke, Kreismuseum, Kindermuseum
Rodi Khalil
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 13.04.13, 11:00 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 33,00 €, inkl. Kaffee und Kuchen
Kursnummer: 23212001

Rodi Khalil

Schon mein ganzes Leben begleiten mich Mosaike, da ich aus Syrien komme. Ich habe die Mosaikkunst in der „Wiege“ der Mosaike gelernt. Zwischen Euphrat und Tigris wurden ca. 2500-3000 v. Chr. die ältesten Mosaike aus sumerischer Zeit gefunden. Einer meiner Studienschwerpunkte an der Hochschule der schönen Künste in Damaskus, Syrien, war die Mosaikkunst. Gemeinsam mit meinem Professor restaurierten wir unterschiedliche historische Mosaike in Damaskus und im Libanon. Schon hier faszinierte mich die Vielfalt der Farben des Natursteins, dessen Bearbeitung und die Zusammensetzung zu riesigen Bildern. Gleichzeitig baute ich schon immer eigene Mosaike.

Für mich sind Mosaike Brücken der Zeit, ihre Farben strahlten in der Vergangenheit und erzählten in Bildern, so wie sie auch heute mit neuen Materialien, wie Glas oder Keramik, weiter strahlen. Auch fasziniert mich, dass aus hartem, scharfem Material in Mosaiken weiche Formen entstehen. In Deutschland restaurierte ich unter anderem ein großes Wandmosaik des Künstlers Georg Schmidt-Westerstede. Und es macht mir viel Freude, mein Wissen in Workshops weiter zu geben.

Stuhr-Brinkum, KGS, Werkraum
Stefan Vogt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 03206003

Tagesseminar

Weidenflechten für Haus- und Gartendekorationen

Mit Einsatz von Rosenscheren und scharfen Taschenmessern stellen wir Deko-Kugeln, Rankhilfen und kleine Zäune aus Weidengeflecht her.
Es entstehen Materialkosten.

Heiligenloh, Grundschule, Schulstr. 6
Günter Ballmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.03.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 7 U-Std., 25,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24212001

Heiligenloh, Grundschule, Schulstr. 6
Günter Ballmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 27.04.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 7 U-Std., 25,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24212002

Wochenendseminar

Korbflechten mit Weiden und anderen Flechtmaterialien: die drei Grundflechtarten

in Kooperation mit dem Kreismuseum
Wir lernen die drei grundlegenden Flechttechniken kennenzulernen, die die Verarbeitung aller Flechtmaterialien ermöglichen. Schwerpunkt ist dabei die Herstellung eines Rahmenkorbes (Schwinge, Molle) aus ungeschälten Weiden. Schwingen sind über 2 Ringe geflochtene etwa halbrunde Körbe, Mollen sind über einen Ring geflochten und etwa schalenförmig.
Der 2. Teil des Kurses besteht wahlweise - neben dem Flechten mit Weiden - im sog. Webflechten (Binsen und / oder Weidenrinde) und Arbeiten mit der sog. Wickeltechnik (z.B. Binsen, Bast und / oder ggf. Stroh), Techniken, mit denen einst etwa Spankörbe und Bienenkörbe geflochten wurden.
Bitte einen Mittagsimbiss mitbringen.
Außerdem: Rosenschere (falls vorhanden), stabiles Messer, Haushaltsschere, Kneifzange, Zollstock. Materialkosten: 12,00 €. Das Material wird bereitgestellt.

Syke, Kreismuseum, Kindermuseum
Hanswerner Kirschmann
Anmeldung bis 29.04.2013
Sa, 11.05.13, 10:00 - 18:00 Uhr
So, 12.05.13, 10:00 - 18:00 Uhr
2 U-Tage, 18 U-Std., 55,00 €, inkl. Kaffee und Kuchen. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23212003

Töpfern - Aufbautechnik

Wir lernen verschiedene Aufbautechniken und Gestaltungsmöglichkeiten mit Ton kennen und wollen auch eigene Ideen in Ton modellieren.
Es wird in einer Kleingruppe gearbeitet.
Es entstehen zusätzliche Materialkosten.

Stuhr-Seckenhausen, Bildungsstätte, Hauptstr. 48
Ursula Lüdtke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 28.01.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 30 U-Std., 75,00 €
Kursnummer: 03206001

Stuhr-Seckenhausen, Bildungsstätte, Hauptstr. 48
Ursula Lüdtke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 29.01.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 30 U-Std., 75,00 €
Kursnummer: 03206002

Stuhr-Seckenhausen, Bildungsstätte, Hauptstr. 48
Ursula Lüdtke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 15.04.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 30 U-Std., 75,00 €
Kursnummer: 03206004

Töpfern im Hofatelier

Ob Teetasse oder Vase, dekorativer Gartenschmuck oder witzige Geschenkideen: Ton bietet viele Möglichkeiten. Wer immer schon mal mit diesem Material experimentieren wollte, wer sich zusätzliche Anregungen wünscht oder ganz spezielle Fragen hat, der ist in diesem Kursus gut aufgehoben. Im Hofatelier der Dozentin, in dem es viel zu gucken gibt, erhalten die Teilnehmenden individuelle Betreuung, Hilfestellung und Anregung. Ob erfahrener Ton-Künstler oder Anfänger, hier kann jede und jeder seine Kenntnisse erweitern, Ideen und Techniken ausprobieren und seine Ausdrucksmöglichkeiten verbessern.
Am ersten Abend treffen sich die Teilnehmenden gemeinsam, die einzelnen Kurs-Stunden werden individuell abgesprochen.
Es entstehen Materialkosten.
Spez. Fragen z. Kurs: 05442 804673

Eydelstedt, Atelier Matern, Dörpel Nr. 65 A
Heide Matern
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 19:30 Uhr
7 U-Tage, 21 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 01206001

Wochenendseminar

Töpfern, was das Zeug hält

Was Sie schon immer mal mit Ton ausprobieren wollten
Entdecken Sie Ihre Kreativität beim Modellieren, Aufbauen, Drehen auf der Scheibe, ob Topf oder Phantasiegebilde, alles ist möglich. Und nebenbei erfahren Sie noch etwas mehr über Ton und Techniken. Als Höhepunkt steht einige Zeit nach dem Wochenende das Brennen der Stücke im großen holzbefeuerten Brennofen an, dem einzigen seiner Art im Landkreis Diepholz. Ein unvergessliches und spannendes Erlebnis, wenn die Holzscheite während 20 Stunden in den Ofen geworfen werden! Dabei bekommen Ihre Arbeiten durch Feuer und Asche einen unverwechselbaren Ausdruck.
Es wird in einer kleinen Gruppe gearbeitet.
Es fallen Material- und Brennkosten je nach Verbrauch an. Bitte Arbeitskleidung sowie Essen für eine gemeinsame Pause mitbringen.
Sa/So jeweils von 10:00 - 16:00 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 04245 267

Scholen, Atelierhof Scholen 53
Sabine Kratzer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.02.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 14 U-Std., 120,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 16206002

Wochenendseminar

Keramik- Workshop: Kacheln, Gartenfiguren, Blumentopf und mehr...

in Kooperation mit dem Kreismuseum Syke
In diesem Workshop können Ideen rund um das Thema Keramik für den Garten umgesetzt werden. Die Lust am Ausprobieren eigener Ideen soll hier im Vordergrund stehen. Die entstandenen Arbeiten werden im museumseigenen Brennofen gebrannt. Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet.
Es wird in einer Kleingruppe gearbeitet.
Es entstehen Materialkosten für Ton und Glasuren. Bitte Arbeitskleidung sowie Essen für eine gemeinsame Pause mitbringen.
Sa/So jeweils von 10:00 - 16:00 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 04245 267

Syke, Kreismuseum, Kindermuseum
Sabine Kratzer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 04.05.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 14 U-Std., 120,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23206001

Wochenendseminar

Digitale Fotografie „Makrofotografie/Nahaufnahmetechnik“

In Theorie und Praxis
Abbildungsmaßstäbe von 1:1 oder größer. Notwendige Kameraeinstellungen, Lichtführung, Aufnahmeabstand und Perspektive sollen in der Theorie erklärt und ebenso in praktischen Übungen erlernt werden wie die zum optimalen Bildergebnis notwendigen Grauwert-Ermittlungen und Farbtemperatureinstellungen. Eine kurze Übersicht über hilfreiche Zusatzgeräte rundet den Kurs ab. Der Kurs ist sowohl für Teilnehmer mit kompakten Digitalkameras, als auch für Besitzer von Bridge- und Spiegelreflex Digitalkameras geeignet.
Bitte eigene Kameras und Bedienungsanleitungen mitbringen!
Fr 18:00 -21:00 Uhr; Sa 10:00 - 13:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 89827842

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Harald Klapproth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.03.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., 32,00 €,
Kleingruppe: 37,00 €, inkl. Skript und Pausenkaffee
Kursnummer: 03211002

Wochenendseminar

Digitale Fotografie „Bildgestaltung“

In Theorie und Praxis
Inhalt dieses Kurses ist die Beleuchtung der künstlerischen, gestalterischen Seite der Fotografie. Bildaufbau, Bildführung, Perspektive, sowie die Farbkomposition sind ebenso Schwerpunkte wie die Einführung und die praktische Umsetzung in Gestaltungskomponenten wie z. B. „goldener Schnitt“, Raumaufteilung, Drittelregel, ... etc. Die Wirkung einer Aufnahme auf den Betrachter, die Betrachtungsperspektive und die Präsentation einer Fotoaufnahme in verschiedenen Medien wie Drucke, Bildschirmpräsentation und gestalterische Ausarbeitung sind ebenfalls Bestandteil. Der Kurs ist sowohl für Teilnehmer mit kompakten Digitalkameras, als auch für Besitzer von Bridge- und Spiegelreflex Digitalkameras geeignet.

Bitte eigene Kameras und Bedienungsanleitungen mitbringen!
Fr 18:00 - 21:00 Uhr, Sa 10:00 -13:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 89827842

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Harald Klapproth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 05.04.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., 32,00 €,
Kleingruppe: 37,00 €, inkl. Skript und Pausenkaffee
Kursnummer: 03211003

Wochenendseminar

Digitale Fotografie „Landschaftsfotografie“

In Theorie und Praxis
Nach einer theoretischen Einführung sollen folgende Aspekte in praktischen Übungen umgesetzt werden: das attraktive Bild sehen, Perspektive und Aufnahmestandpunkt, Brennweite, Schärfe und Tiefenschärfe, Belichtungseinstellungen. Im Anschluss können die Ergebnisse (bei digitalen Kameras) direkt betrachtet und ausgewertet werden. Der Kurs ist sowohl für Teilnehmer mit kompakten Digitalkameras, als auch für Besitzer von Bridge- und Spiegelreflex-Digitalkameras geeignet.
Bitte eigene Kameras und Bedienungsanleitungen mitbringen!
Fr 18:00 -21:00 Uhr; Sa 10:00 - 13:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 89827842

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Harald Klapproth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 31.05.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., 32,00 €,
Kleingruppe: 37,00 €, inkl. Skript und Pausenkaffee
Kursnummer: 03211001

Tagesseminar

Einstieg in die Portraitfotografie

Workshop für leicht Fortgeschrittene
Für diesen Workshop ist es ratsam, die eigene Kamera bereits sicher bedienen zu können. Somit haben wir Freiraum für die Herausforderung Portraitfotografie.
Gleich zu Beginn erhalten Sie einen umfassenden und leicht verständlichen Einblick in die technischen Grundlagen. In geselliger Runde werden wir (uns) fotografieren.
Spielerisch werden unterschiedliche Herangehensweisen ausprobiert.
Bei der direkten Umsetzung bekommen Sie Tipps und Tricks vom Profi. Zudem beinhaltet der Workshop einen Einblick in die Studiofotografie.
Eigene Aufnahmen können sofort gemeinsam besprochen werden, sodass Korrekturen an Ort und Stelle möglich sind.
Es ist sinnvoll, Ihre eigene Kamera, optimal Spiegelreflex oder eine vergleichbare mitzubringen.
inkl. Skript und Arbeitsmaterial sowie Pausenkaffee

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Roland Artur Berg
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 27.01.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 32,00 €
Kursnummer: 05211001

Wochenendseminar

Portraitfotografie

im Studio und outdoor
In diesem Workshop steht die Umsetzung zur Bildgestaltung und Aufnahmetechnik der Portraitfotografie in der tatsächlichen Aufnahmesituation im Vordergrund. Nach theoretischen Einführungen in die Themenschwerpunkte: Den zu portraitierenden Menschen in Szene setzen, Beleuchtungs- und Belichtungstechnik, Schärfe und Tiefenschärfe, Hintergrund und Umgebung, soll sowohl im aufgebauten Fotostudio (mit einem professionellen Fotomodell), als auch vor der Kulisse der schönen Umgebung der Freudenburg ausgiebig fotografiert werden. Die Ergebnisse werden anschließend direkt betrachtet und besprochen.
Fr 17:00 - 21:00 Uhr, Sa 10:00 -17:00 Uhr
inkl. Modellkosten und Skript sowie Abendessen am Freitag, Pausenkaffee und Mittagessen am Samstag
Bitte eigene Kameras und Bedienungsanleitungen mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 89827842

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Harald Klapproth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 07.06.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 14 U-Std., 88,00 €
Kursnummer: 02211002

Workshop für kreative Fotografie

Der Workshop richtet sich an ambitionierte Amateure und Profis gleichermaßen. Die Aufnahmetechnik kann sowohl analog als auch digital sein. Dabei ist es egal, ob mit dem Handy oder einer großen Spiegelreflexkamera fotografiert wird. Wichtig ist es, ein Medium zu wählen, welches dem Inhalt und der Absicht der eigenen Arbeit gerecht wird. Als Basis dient der innere Drang des Erschaffens von Bildern durch die Kunst des Sehens. Das Ziel ist die Entwicklung und Realisation eines eigenen Projektes durch die kreative Auseinandersetzung mit dem Medium Fotografie. Jeder Teilnehmer wird nach individuellen Bedürfnissen betreut und in seinem persönlichen Projekt begleitet.
Die Schulung des Blickes und das Umsetzen von technischem Wissen in handwerkliche Fertigkeiten sind dabei von besonderer Bedeutung. In der Gruppe wird es offenen Austausch und eine Auseinandersetzung mit dem Werk verschiedener Künstler und Fotografen sowie dem bereits Geschaffenen der Kursteilnehmenden geben. Diese sind gebeten, zu Beginn des Workshops Anschauungsmaterial in Form

von Fotoabzügen bis zum Format 20x30 cm mitzubringen. Die im Zeitraum des Kurses entstehenden Arbeiten werden Woche für Woche präsentiert und diskutiert. So wird jede/r in der Lage sein, auf den Abschluss des eigenen Projektes hinzuarbeiten.

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Jonathan Olbert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.03.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 54,00 €
Kursnummer: 05211002

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Jonathan Olbert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 08.05.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 54,00 €
Kursnummer: 05211003

„Die Farben des Frühlings“

Landschafts-/Naturfotografie für Einsteiger/-innen
Schwerpunkt: Bildaufbau, Blendenzahl und Schärfentiefe. Nach einer theoretischen Einführung in das Thema direkt vor Ort werden die Tipps der erfahrenen Fotografin direkt in die Praxis umgesetzt. Nach der Praxis-Session am 2. Tag findet eine Besprechung mit Bildauswertung statt.
Der Kurs richtet sich an Erwachsene mit leichten Vorkenntnissen und ist auch geeignet für die Teilnehmer/-innen aus den Anfänger-Kursen. Spaß am Fotografieren - das ist unser Ziel!
Mi, 10.04.13, 19:00 Uhr - Theoretische Einführung; Sa, 13.04.13, 10:00 Uhr - Praxis; Do, 18.04.13, 19.00 Uhr - Bildbesprechung.
Bitte eigene Kameraausrüstung und Bedienungsanleitung zum ersten Termin mitbringen. Leere Chips und volle Akkus mitbringen. Falls vorhanden auch Stativ. Wettergemäße Kleidung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 10.04.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €
Kursnummer: 24211001

Landschafts-/Naturfotografie für Fortgeschrittene

mit Besuch im Rhododendron-Park
Sie lernen die Technik und Einstellungen der Kamera zu verstehen: Schwerpunkt: Bildaufbau, Blendenzahl und Schärfentiefe. Nach einer theoretischen Einführung in das Thema direkt vor Ort werden die Tipps der erfahrenen Fotografin in die Praxis umgesetzt. Nach der Praxis-Session am 2. Tag findet eine Besprechung mit Bildauswertung statt.
Der Kurs richtet sich an Jugendliche (ab 16 Jahre) und Erwachsene mit Vorkenntnissen. Spaß am Fotografieren - das ist unser Ziel!
Mo, 29.04., 19:00 Uhr - Theorie und Treffbesprechung; So, 05.05., 10:00 Uhr - Praxis; Do, 09. 05., 19:00 Uhr - Bildbesprechung.
Bitte eigene Kameraausrüstung und Bedienungsanleitung zum ersten Termin mitbringen. Leere Chips und volle Akkus mitbringen. Falls vorhanden, auch Stativ. Wettergemäße Kleidung. Fahrtkosten sind nicht enthalten, wir fahren in Fahrgemeinschaften.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 29.04.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €
Kursnummer: 24211002

Landschafts-/Naturfotografie für Fortgeschrittene

mit Fahrt nach Bad Zwischenahn
Sie lernen die Technik und Einstellungen der Kamera zu verstehen: Wann ist der richtige Moment zum Abdrücken? Welches ist die richtige Perspektive für die Aufnahme? Nach einer theoretischen Einführung in das Thema werden die Tipps der erfahrenen Fotografin direkt in die Praxis umgesetzt. Geplant ist, im Praxisteil in der freien Natur die leuchtenden Farben des Herbstes festzuhalten. Danach findet eine Besprechung mit Bildauswertung statt.
Spaß am Fotografieren - das ist unser Ziel!
Mo, 08.07.13, 19.00 Uhr - Theorie und Treffbesprechung; Sa, 13.07.13 , 09:00 - ca.18.00 Uhr - Praxis; Di, 23.07.13, 19:00 Uhr - Bildbesprechung.
Bitte eigene Kameraausrüstung und Bedienungsanleitung zum ersten Termin mitbringen. Leere Chips und volle Akkus mitbringen. Falls vorhanden, auch Stativ. Wettergemäße Kleidung. Fahrtkosten sind nicht enthalten, wir fahren in Fahrgemeinschaften.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.07.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 14 U-Std., 42,00 €
Kursnummer: 24211003

Tierfotografie für Fortgeschrittene: 100 Bilder-Workshop

mit Ganztages-Ausflug
Wir setzen den Schwerpunkt auf Qualität statt Quantität. Sie lernen die Technik der Kamera und Einstellungen in dem praxisnahen Workshop zu verstehen, speziell den Bildaufbau. Welches ist die richtige Perspektive für die Aufnahme? Mit Kopf und Planung fotografieren.
Nach einer theoretischen Einführung vor Ort in das Thema werden die Tipps der erfahrenen Fotografin direkt in die Praxis umgesetzt. Es entstehen Tierportraits sowie Bilder in der Bewegung. Am 2. Tag findet eine Besprechung mit Bildauswertung statt.
Der Kurs richtet sich an Jugendliche (ab 16 Jahre) und Erwachsene mit Vorkenntnissen.
Do, 04.04., 19:00 Uhr - Theoretische Einführung; Sa, 06.04., 09:30 Uhr - Praxis; Mi, 17.04., 19:00 Uhr - Bildbesprechung-
Bitte eigene Kameraausrüstung und Bedienungsanleitung zum ersten Termin mitbringen. Zuzüglich Tageseintrittskarte und Fahrtkosten. Wir fahren in Fahrgemeinschaften. DieTeilnahmezahl ist auf 12 begrenzt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 04.04.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 14 U-Std., 42,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24211007

Tierfotografie

mit Besuch des Tierparks Petermoor Bassum
Sie lernen die Technik und Einstellungen der Kamera zu verstehen: Wann ist der richtige Moment zum Abdrücken? Wie fange ich die Bewegung eines Tieres korrekt ein? Welche ist die richtige Perspektive für die Aufnahme? Es entstehen Tierportraits sowie Bilder in der Bewegung.
Nach einer theoretischen Einführung in das Thema werden die Tipps der erfahrenen Fotografin direkt in die Praxis umgesetzt.
Der Kurs richtet sich an Jugendliche (ab 16 Jahre) und Erwachsene mit oder ohne Vorkenntnisse.
Mo, 22.04., 19:00 Uhr - Theoretische Einführung; Fr, 26.04., 15:00 Uhr - Praxis; Do, 02.05., 19:00 Uhr - Bildbesprechung.
Bitte eigene Kameraausrüstung und Bedienungsanleitung zum ersten Termin

Kurse über digitale Bildbearbeitung
finden Sie im Programmbereich „Arbeit und Beruf“ auf Seite 250.

mitbringen. Leere Chips und volle Akkus mitbringen. Falls vorhanden auch Stativ. Wettergemäße Kleidung.Wir fahren in Fahrgemeinschaften, Fahrtkosten nicht enthalten. Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 22.04.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 9 U-Std., 27,00 €
Kursnummer: 24211006

Tierfotografie

mit Besuch im Zoo Hannover
Sie lernen die Technik und Einstellungen der Kamera zu verstehen: Wann ist der richtige Moment zum Abdrücken? Wie fange ich die Bewegung eines Tieres korrekt ein? Welche ist die richtige Perspektive für die Aufnahme? Nach einer theoretischen Einführung in das Thema werden die Tipps der erfahrenen Fotografin direkt in die Praxis umgesetzt. Es entstehen Tierportraits sowie Bilder in der Bewegung.
Der Kurs richtet sich an Jugendliche (ab 16 Jahre) und Erwachsene mit oder ohne Vorkenntnisse.
Do, 08.08., 19:00 Uhr - Theoretische Einführung; Sa, 10.08., 08:00 Uhr bis 19.00 Uhr - Praxis; Do, 22.08., 19:00 Uhr - Bildbesprechung.
Bitte eigene Kameraausrüstung und Bedienungsanleitung zum ersten Termin mitbringen. Leere Chips und volle Akkus mitbringen. Falls vorhanden auch Stativ. Wettergemäße Kleidung.
Nicht eingeschlossen im Kursentgelt sind die Fahrtkosten und der Eintritt in den Zoo Hannover (Kind bis 17 Jahre: 13 €; Erwachsene ab 18 Jahren: 16,00 €). Der genaue Ablauf wird am ersten Abend besprochen.
Wir fahren in Fahrgemeinschaften.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 08.08.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 14 U-Std., 42,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24211004

Fotos mit Mut zur ungewöhnlichen Sichtweise

Menschen mit Spaß am fotografischen Experimentieren sind hier richtig. Alte Sehweisen sollen über Bord geworfen werden. Der Mut zu neuen, eigenen Standpunkten, Perspektiven und Blickwinkeln kann entdeckt werden, damit sich die eigene Wahrnehmung und Selbstbewertung und somit die Fotos ändern.
Am Freitag theoretische Einstimmung und Vorbereitung, am Samstag Foto-Exkursion und am Mittwoch ausführliche Fotobesprechung.
Bitte mitbringen: Analog-, Digital- oder Kompaktkamera, Speichermedium oder Film(e) 200 - 400 ASA/36 Aufnahmen, Gebrauchsanweisung, Batterie/Akku. Materialkosten je nach Verbrauch: ca. 5,00 €.

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.2, Bahnhofsplatz
Harald Schwörer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.03.13, 18:00 - 21:00 Uhr
Sa, 02.03.13, 10:00 - 16:45 Uhr
Mi, 06.03.13, 18:00 - 22:00 Uhr
3 U-Tage, 18 U-Std., 63,00 € inkl. Skript
Kursnummer: 12211001

Tagesseminar

Lieblingsfotos zeigen

Endlich einmal die eigenen Fotoschätze präsentieren. Hier besteht die Möglichkeit, Fotos in einer kleinen Gruppe zu zeigen und von einem erfahrenen Fotokünstler und -journalisten begutachten zu lassen. Wertvolle Hinweise und Tipps lassen die Fotos dann z.T. in einem neuen Licht erscheinen und künftige Aufnahmen besser werden. Mitgebracht werden können nur eigene Fotos. Diese können als Abzüge, Ausdrucke und Fotobücher oder mittels eines Beamers als Datei, Slideshow oder Powerpointpräsentation gezeigt werden. Die maximale Länge hierfür sind 10 Minuten.

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Bahnhofsplatz
Harald Schwörer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 24,80 €, inkl. Skript
Kursnummer: 12211003

Wochenendseminar

Architekturfotografie in Theorie und Praxis

Im herrlichen und bestens geeigneten Ambiente der Freudenburg soll nach einer theoretischen Einführung in die Themenschwerpunkte Aufnahmelicht (Lichtfarbe, Schattenbildung, Streiflicht), Gestaltungsformen (Bildaufbau, Bildführung), Aufnahmetechnik (Belichtung, Schärfe, Tiefenschärfe), stützende Linien (Entstehung und Korrekturmöglichkeiten), vor allem praktisch fotografiert werden. Architekturfotografie ist zum Großteil Schwarzweißfotografie; daher werden in diesem Workshop auch die Möglichkeiten, Techniken und Gestaltungsformen der Schwarzweißfotografie ausführlich in Theorie und Fotopraxis vermittelt. Der Kurs ist sowohl für Teilnehmer/-innen mit kompakten Digitalkameras, als auch für Besitzer von Bridge- und Spiegelreflex- Digitalkameras geeignet.
Bitte eigene Kameras und Bedienungsanleitungen mitbringen.
Fr, 17:00 - 21:00 Uhr; Sa, 10:00 - 17:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 89827842

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Harald Klapproth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 26.04.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 14 U-Std., 88,00 €, Inkl. Abendessen am Freitag, Mittagessen und Pausenkaffee am Samstag.
Kursnummer: 02211001

Architektur-Fotografie: Innenräume

St.Anna Kirche und Martin Luther-Kirche in Twistringen
Sie lernen, die Technik der Kamera und Einstellungen zu verstehen. Hier geht es um Bildaufbau, Detailaufnahmen, Schärfentiefe, Blendeneinstellungen und Bildschnitt. Wir fotografieren in der St. Anna Kirche und in der Martin-Luther Kirche in Twistringen.
Mo, 29.07., 19:00 Uhr - Theoretische Einführung; Mo, 05.08., 18:00 Uhr - Praxis; Mo, 12.08., 18:00 Uhr - Praxis; Mo, 19.08., 19:00 Uhr - Bildbesprechung.
Bitte eigene Kameraausrüstung und Bedienungsanleitung zum ersten Termin mitbringen. Leere Chips und volle Akkus mitbringen. Falls vorhanden, auch Stativ.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 29.07.13, 19:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €
Kursnummer: 24211010

Scrapbooking - Tolle Geschenkideen mit Fotos

Sie verschenken gerne etwas Persönliches? Dann lassen Sie sich von der Vielfalt des Scrapbooking überraschen. Am besten bringen Sie Ihre Fotos mit und probieren einmal aus, wie man mit verschiedenen Schablonen, Stanzen, Stempeln und Dekopapieren Ihre Fotos besonders zur Geltung bringen kann. Egal, ob kleine Mini-Alben, Leporellos, Kalender oder Gutscheine - es gibt viele Möglichkeiten, Fotos auf kreative Art gestalten.
Es entstehen Materialkosten. Fotos bitte mitbringen, Werkzeug und Zubehör wird von der Kursleiterin mitgebracht.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 785700

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.2, Bahnhofsplatz
Ines Jödecke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 02.03.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12205023

Tagesseminar

Scrapbooking - geben Sie Ihren Fotos den passenden Rahmen

Verstecken sich Ihre Fotos noch immer auf der Festplatte? Dann lassen Sie doch Ihre schönsten Fotos entwickeln und bringen Sie diese mit. Verschiedene Werkzeuge, Stempel und Dekopapiere können Ihre Fotos besonders zur Geltung bringen und sie können Ihre Erinnerungen lebendig halten. Arrangieren Sie tolle Fotoalben oder gestalten besondere Geschenkideen, wie z.B. Leporellos, Kalender, Keilrahmen und vieles mehr.
Es entstehen Materialkosten. Fotos bitte mitbringen, Werkzeug und Zubehör wird von der Kursleiterin mitgebracht.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 785700

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Bahnhofsplatz
Ines Jödecke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 01.06.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12205022

Frauen

Flamenco

in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten
Flamenco ist Leben - nicht nur ein Tanz. Zusammen werden wir die Basis des Flamenco-Tanzes erlernen, wir treten ein in die Hitze und Leidenschaft des spanischen Tanzes. Wir werden die körperlichen grundlegenden Bewegungen erlernen. Hände, Arme, Beine und Füße werden sich harmonisch zu der Musik bewegen. Wir werden eine Choreographie erlernen, die uns helfen wird, selbstbewusster aufzutreten. Wir erfahren die ganze Energie des Flamenco-Tanzes von Anfang an. Olé!
Bitte bringen Sie sowohl einen weiten Rock als auch saubere Schuhe mit heller Sohle (keine Stöckelschuhe) oder Hallenschuhe bzw. Tanzschuhe mit Ledersohle mit.
Spez. Fragen z. Kurs: 04244 967147

Twistringen, move consulting, Bremer Str. 13
Jessica Bruns
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:15 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24209701

Wochenendseminar, Frauen

Flamenco-Workshop für Anfängerinnen

in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten
Grundlegende Einführung in den Flamenco-Tanz für alle Interessentinnen ohne Vorkenntnisse, die zunächst konzentriert an einem Wochenende ausprobieren möchten, inwieweit ihnen der Flamenco-Tanz überhaupt zusagt. Es werden im Workshop die typischen Grundtechniken von Hand und Armbewegung gezeigt und natürlich erste Übungen der perkussiven Fußarbeit gemeinsam versucht. Ziel dieses Workshops ist es, einen ersten Eindruck vom Flamenco-Tanz zu vermitteln und so eventuell zur Teilnahme an einem regelmäßigen Kurs zu begeistern.
Fr 18:15 - 20:30 Uhr, Sa 09:30 - 10:45 Uhr
Bitte bringen Sie sowohl einen weiten Rock als auch saubere Schuhe mit heller Sohle (keine Stöckelschuhe) oder Hallenschuhe bzw. Tanzschuhe mit Ledersohle mit.
Spez. Fragen z. Kurs: 04244 967147

Twistringen, move consulting, Bremer Str. 13
Jessica Bruns
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.03.13, 18:15 Uhr
2 U-Tage, 6 U-Std., 18,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24209702

Tagesseminar

„Hochzeits-Crashkurs“

in Kooperation mit der TSG der Landjugend Asendorf e. V.
Sie müssen in Kürze als Trauzeugen oder Hochzeitspaar einen Ehrentanz tanzen, aber die Tanzbeine sind schon etwas eingerostet? Sie möchten einmal einen anderen Ehrentanz als den DiscoFox tanzen?
Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Auch wenn Sie noch keine Tanzerfahrung haben - in diesem Kurs erlernen Sie in Kürze die Basics.

Bruchausen-Vilsen, Schulzentrum, Auf der Loge 5, Mensa
Jana Dreyer / Steffen Beste
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 24.02.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,00 €,
Kleingruppe: 17,00 €
Kursnummer: 04209003

Kreistänze aus unterschiedlichen Kulturen

Mal mitreißend schwungvoll, mal innig gefühlvoll, so verschieden wie die Menschen sind auch ihre Tänze.
Kreistänze aus unterschiedlichen Kulturen geben uns die Gelegenheit, uns in der Gemeinschaft des Kreises zu stärken, zu entspannen und aufzutanken. Kreistänze sind für jede Altersstufe geeignet und bieten auch Menschen, die gerne tanzen, aber ihren Partner nicht dazu überreden können, die Möglichkeit, sich nach Musik zu bewegen.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2547

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Hannelore König
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 9,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05209001

Tagesseminar, Frauen

Tanz der Göttinnen -

7 Aspekte des Frauseins im Tanz entdecken
Für Frauen, die gerne tanzen, sich eine Auszeit vom Alltag gönnen möchten und auf sich selbst neugierig sind. Die 7 griechischen Göttinnen verkörpern symbolisch all die Ausdrucksmöglichkeiten, die jede Frau in sich trägt:
Artemis steht für Kraft und Lebendigkeit, Athene für Klarheit und Struktur, Hestia für Alleinsein und Erotik, Hera für Würde und Gemeinschaft, Demeter für Mütterlichkeit und Fürsorge, Persephone für Empfindsamkeit und das innere Kind und Aphrodite für Lebenslust und Freiheit.
Jede Göttin vereinigt in sich ebenso eine angenehme wie eine unangenehme Seite. Die Bewußtheit darüber verhilft zu einem neuen Blick auf eigene Potenziale und Schwierigkeiten.

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Pramoda Sabine Habenicht
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 13.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 9 U-Std., 45,00 €, inkl. Mittagessen und Pausenkaffee am Nachmittag
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 02209701

Klöppeln

Dieses sehr alte Kunsthandwerk erfreut sich in den vergangenen Jahren zunehmender Beliebtheit. Hier haben Sie die Möglichkeit, das Klöppeln kennen zu lernen, aber auch bestehende Kenntnisse zu vervollkommnen. Es entstehen Materialkosten.
Material kann im Kurs erworben werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 05406 2146

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Maria Wesseler
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 09:00 Uhr
10 U-Tage, 25 U-Std., 62,50 €,
Kleingruppe: 72,50 €
Kursnummer: 05213001

Wochenendseminar

Klöppeln für Anfänger/-innen

in Kooperation mit dem Kreismuseum Syke
Durch konzentriertes Arbeiten, logisches Denken, ein wenig Fingerfertigkeit und eine Portion Neugierde erlangen Sie Grundkenntnisse dieser außergewöhnlichen, jahrhundertealten Handarbeit.
Ziel dieses Kurses ist das Erstellen eines Lesezeichens sowie einer Fensterdekoration im Halb-, Leinen- und Ganzschlag.
Sämtliches Klöppel-Material wird gegen eine Kostenpauschale von 15,00 € zur Verfügung gestellt. Bitte Verpflegung für einen Mittagsimbiss mitbringen.
Sa 09:00 - 20:15 Uhr, So 09:00 - 14:00Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 04251 7700

Syke, Kreismuseum
Angelika Küker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 01.06.13, 09:00 Uhr
2 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €, inkl. Kaffee und Butterkuchen
Kursnummer: 23213003

Wochenendseminar

Spinnen lernen mit dem Spinnrad

Dieser Grundkurs soll uns einführen in ein uraltes Handwerk. Wir lernen, wie aus Rohwolle ein Faden entsteht, wie zwei Fäden zu einem Garn verzwirnt werden und wie das geht, wenn die Hände und Füße getrennt voneinander ihren Rhythmus suchen und finden.
Spinnrad wird gestellt, kann aber auch gern mitgebracht werden.
Fr 18:30 - 20:30 Uhr, Sa 09:30 - 15:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 04244 9685540

Twistringen, Museum der Strohverarbeitung, Kapellenweg 2
Angela Krebs
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 18:30 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 40,00 €
Kursnummer: 24213001

Stricken

Stricken liegt voll im Trend, kein Wunder, denn mit diesem Hobby können Sie einfach und schnell wunderschöne Modelle, für sich selbst, Ihre Familie oder Freunde gestalten.
Ob Socken, modische Accessoires oder raffinierte Bekleidung, egal. Mit Einsatz von Stricknadeln und tollen farbigen Strickgarnen setzen Sie auf jeden Fall individuelle Akzente.
Sie erhalten Anregungen und Hilfestellung für das Fertigen modischer Accessoires.
Bitte mitbringen: Wolle, Stricknadeln (verschiedene Stärken je nach Strickgarn), evtl. Nadelspiel zum Sockenstricken, Sockenstrickgarn.
Spez. Fragen z. Kurs: 04240 9613288

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Evelyn Kühsel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:00 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., 22,00 €,
Kleingruppe: 27,00 €
Kursnummer: 04213006

Wellentuch/-Schal über 10 Maschen stricken

Ein Tuch oder einen Schal kann man immer gut gebrauchen. Ein Accessoire, das über 10 Maschen in Wellen gestrickt ist, zieht nicht nur alle Blicke auf sich, sondern hat nicht jede. Beim Stricken von Tüchern hat man in der Regel mehrere Hundert Maschen auf der Nadel. Dieses Tuch stricken wir über nur 10 Maschen mit 2 Nadeln des Nadelspiels sehr entspannt. Geübt werden folgende Stricktechniken: Verkürzen der Reihen anhand der Wickelmaschen, Anstricken von links und von rechts.
Es ist auch für geübte Strickerinnen eine interessante Abwechselung für Zwischendurch.
Mitzubringen ist: für das Tuch (160 x 40) 250 Gr. oder für den Schal (150 x 20) 200 Gr. Verlaufswolle für Nadelstärke 4 bis 5 und 2 Nadeln des Nadelspiels in passender Stärke
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 927503

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Aurelija Büscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 9 U-Std., 22,50 €
Kursnummer: 05213003

Stricken

für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Hier können Sie stricken von Anfang an erlernen oder mal neue Muster ausprobieren.

Syke, Stadtbibliothek, Hinrich-Hanno-Platz 1
Margret Ritterhoff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 30,00 €
Kursnummer: 23213004

Zpaghetti-Garne zum Häkeln und Stricken im XXL-Format

Zpagetti-Garne bestehen aus einem einzigartigen Material, nämlich aus hochwertigen Restmaterialien aus der Mode- und Textilindustrie, die leicht elastisch, fest und strapazierfähig sind. Mit ihnen kann einfach und schnell im XXL-Format gehäkelt oder gestrickt werden kann, so dass eine voluminöse, grobmaschige Struktur entsteht. Dadurch entstehen im Handumdrehen z. B. Handtaschen, Lampenschirme oder Schalen und Übertöpfe.
Bei Interesse lassen Sie sich vormerken, geplant ist ein Tagesseminar im April/Mai 2013.

Syke
Kursnummer: 23213002

Patchworkstricken

nach H. Schulz - Modul 1
Wer sich ans Patchworkstricken wagen möchte, sollte bereits Strickkenntnisse besitzen. Bei dieser Stricktechnik werden einzelne Teile (Patches) zusammengestrickt. Die Effekte entstehen durch die Form der Einzelteile, Farb- und Materialkombinationen. In dieser Technik können Pullover, Mützen, Restedecken sowie Socken gestrickt werden. Als Kursprojekt ist ein Patchworkschal vorgesehen. Es können aber auch andere Projekte gestrickt werden.
Bitte mitbringen: farbige Übungswolle, Nadelspiel Nr. 4 - 5, Wolle für den Schal (je 50 Gramm in 3 unterschiedlichen Farben, 100 Gramm in der Hauptfarbe)
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 927503

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Aurelija Büscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.03.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 9 U-Std., 22,50 €
Kursnummer: 05213002

Strick-Café

Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Unser Strick-Café soll kreativen Leuten die Möglichkeit eröffnen, in geselliger Runde miteinander zu stricken und zu häkeln, sich Anregungen zu holen und Ideen sowie Strickerfahrungen auszutauschen. Bei unseren Treffen soll jede Generation einbezogen werden: Sowohl die Senioren als auch junge Mütter dürfen sich angesprochen fühlen! In einer ungezwungenen Runde wollen wir gemütlich stricken oder häkeln. Dazu gehören auch eine Tasse Kaffee oder Tee, deshalb auch Strick-Café. Neben der Weiterführung an bereits begonnenen Arbeiten besteht die Möglichkeit, sich über das Thema des Abends zu informieren.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 927503

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Aurelija Büscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €, inkl. Kaffee, Tee und Kekse
Kursnummer: 05213008

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Aurelija Büscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €, inkl. Kaffee, Tee und Kekse
Kursnummer: 05213009

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Aurelija Büscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €, inkl. Kaffee, Tee und Kekse
Kursnummer: 05213010

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Aurelija Büscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 14.05.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €, inkl. Kaffee, Tee und Kekse
Kursnummer: 05213011

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Aurelija Büscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 11.06.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €, inkl. Kaffee, Tee und Kekse
Kursnummer: 05213012

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Aurelija Büscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 13.08.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €, inkl. Kaffee, Tee und Kekse
Kursnummer: 05213013

Weltweiter Tag des öffentlichen Strickens

Seit 2005 findet der weltweite „Strick-in-der-Öffentlichkeit-Tag“ statt. Das Stricken, das man sonst eher mit dem „stillen Kämmerlein“ in Verbindung bringt, findet an diesem Tage draußen statt. Zum Beispiel auf Plätzen, in Fußgängerzonen, in Cafès und Parks, also überall dort, wo Menschen vorbeikommen.
In der Zeit von 10 bis 15 Uhr können Teilnehmende, vielleicht darunter ja auch ein paar wagemutige, strickbegeisterte Männer, am 18. Mai in der Langen Straße in Diepholz sitzen und Mützchen, Söckchen oder Deckchen für Frühchen stricken oder häkeln. Stühle werden bereitgestellt, Anleitungen liegen aus und für Fragen steht auch die Dozentin der VHS-Strickkurse Aurelija Büscher zur Verfügung. Wolle wurde von den Wagenfelder Spinnereien gespendet. Wer allerdings noch Reste von Sockenwolle zuhause hat, kann diese gerne mitbringen oder auch vorher in der VHS, Bahnhofstr. 11, abgeben. Die Farbe spielt keine Rolle. Die Frühchenstation freut sich über jedes Mützchen und jedes Sockenpärchen. Treffpunkt Lange Straße. Stricknadeln und - wenn vorhanden - Sockenstrickwolle bitte mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 927503

Diepholz
Aurelija Büscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 18.05.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 7 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 05213000

Bunte Motive häkeln (Granny Square)

Für diese Häkelei lassen sich bestens Garn- und Wollreste in ähnlicher Stärke aufarbeiten. In der farblichen Gestaltung sind der Fantasie dabei keine Grenzen gesetzt. Aus den zusammengesetzten Motiven können tolle Baby- oder Kamindecken, Kissenhüllen oder Taschen sowie Kleidungsstücke entstehen. Die Motive lassen sich auch gut mit anderen Strick- oder Häkeltechniken kombinieren. Wer kein ganzes Projekt aus bunten Motiven häkeln möchte, kann sie als Verzierung einsetzen. So sieht ein Pulloverabschluss aus gehäkelten Motiven immer hübsch aus. Geübt wird nicht nur das Häkeln von bunten Motiven, sondern auch das Verbinden der Motive zu einer Fläche. Mitzubringen sind: bunte und einfarbige Garn- oder Wollreste für die Nadelstärke 3,5 bis 5, Häkelnadel in passender Stärke.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 927503

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Aurelija Büscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 16.05.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 9 U-Std., 22,50 €
Kursnummer: 05213006

Tagesseminar

Gefilzte Accessoires

Leichte Schals und Stirnbänder, schmückende Kragen und Gürtel sind auch bei allmählich wärmer werdenden Temperaturen angenehm zu tragen und als Unikate immer ein Hingucker!
Wir filzen mit superfeiner Merinowolle auf leichte Stoffe aus Seide,Wolle oder Baumwolle - oder wir filzen „mono“ ganz dünn, mit durchbrochenen Strukturen bis hin zum Gitternetz. Ein spannendes kreatives Abenteuer...
Es entstehen Materialkosten. Bitte mitbringen: mind. 5 alte Handtücher, Maßband, Schere, falls vorhanden: abgelegte dünne Schals oder dünne Stoffe, auch Reste, zum Verarbeiten.

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Mechtildis Köder
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 17.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 32,00 €
Kursnummer: 05213015

Tagesseminar

Filzen: Blütenmeer

Wir können auch sagen „Blüten und mehr“. Am Ende breitet sich vor uns ein Teppich von Filzblüten aus, die wir als Blütenranke, als Brosche auf der neuen Frühjahrsgarderobe oder am Hut oder als Streublümchen wiederfinden. Rosen, Margeriten, Mohn, Fantasieblumen - ganz wie Sie es mögen. Materialkosten je nach Verbrauch ca. 10,00 bis 12,00 €.
Bitte 2 Handtücher sowie einen Pausenimbiss mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04244 9685540

Twistringen, Hildegard-von-Bingen Gymnasium, Vechtaer Straße
Angela Krebs
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 7 U-Std., 21,00 €
Kursnummer: 24214002

Tagesseminar

Filzen: Energiebilder/ Tischläufer/Wandobjekte

Für alle, die sich überraschen lassen wollen, wie aus Wollfasern Bilder entstehen. Oder für alle, die lieber ganz nach Plan einen Tischläufer für ihr Heim filzen wollen und dann entscheiden, dass dieser auch als Wand-Deko taugt. Wir staunen, was die Hände aus Wolle zaubern können. Materialkosten je nach Verbrauch ca. 10,00 bis 12,00 €. Bitte 2 Handtücher sowie einen Pausenimbiss mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04244 9685540

Twistringen, Hildegard-von-Bingen Gymnasium, Vechtaer Straße
Angela Krebs
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 27.04.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 10 U-Std., 30,00 €
Kursnummer: 24214003

Tagesseminar

Filzen: Eine Werkstatt für alle

in Kooperation mit dem Kreismuseum Syke
Schafwolle, warmes Seifenwasser und viel Geduld - mehr braucht es nicht, um aus luftiger Wolle allerlei Schönes und Nützliches entstehen zu lassen: Taschen, Schmuck, Kissen oder Spielzeug ... Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Man kann auch das Trockenfilzen mit der Nadel kennen lernen. Erste Grundlagen dieses Filzhandwerks werden vermittelt. Fortgeschrittene haben die Möglichkeit, sich an schwierigere Dinge heranzuwagen.
Bitte mitbringen: Mehrere alte Frottee-Handtücher, Schere, Maßband, Luftpolsterfolie, Plastikschüssel mit 2-3 Liter-Fassungsvermögen.
Es entstehen Materialkosten für Olivenseife und Wolle von 5,00 bis 10,00 €, die nach Verbrauch abgerechnet werden.
Bitte Mittagsimbiss mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 832739

Syke, Kreismuseum, Kindermuseum
Marion Frenzel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 09.06.13, 10:00 - 17:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 26,00 €, inkl. Kaffee und Kuchen
Kursnummer: 23213001

Tagesseminar

Patchwork - Mosaik

Bitte die eigene Nähmaschine mitbringen, 10 - 12 verschiedene Stoffe à 20 cm in einer Farbrichtung (Blautöne, Grüntöne, Rottöne usw.), dazu einen Kontraststoff in uni oder falschem uni (d.h. Ton-in-Ton bedruckt). Alle Stoffe bitte vorwaschen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04231 7074

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Renate Fischer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 10:00 - 18:00 Uhr
1 U-Tag, 9 U-Std., 27,00 €
Kursnummer: 04213002

Wir nähen unsere Garderobe selbst

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 801448

Stuhr-Seckenhausen, Bildungsstätte, Hauptstr. 48
Gisella Wermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 14.01.13, 08:30 Uhr
5 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 03214003

Wir nähen unsere Garderobe selbst

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 801448

Stuhr-Seckenhausen, Bildungsstätte, Hauptstr. 48
Gisella Wermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 08:30 Uhr
5 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 03214004

Nähen mit der Nähmaschine

Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Sie fertigen Kleidungsstücke, können aber natürlich auch Heimtextilien wie Tischdecken o. ä, nähen. Als erstes erlernen Sie das Einstellen und den Umgang mit der Nähmaschine. Danach wird nach Fertigschnitten oder Schnittmustern genäht, dabei erhalten Sie Beratung bei der Stoffartauswahl und Schnittbearbeitung. Es wird in einer Kleingruppe gearbeitet. Bitte eigene Nähmaschine mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2567

Barnstorf, Christian-Hülsmeyer-Schule, Nähraum
Marina Bremicker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:30 Uhr
8 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €
Kursnummer: 01214005

Neue Teilnehmende sollten sich bitte vor Kursbeginn mit der Dozentin in Verbindung setzen
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2567

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marina Bremicker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:30 Uhr
8 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €
Kursnummer: 05214002

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Marina Bremicker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 17:00 Uhr
8 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €
Kursnummer: 05214003

„Selbstgenähtes“ für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Nähen mit der Nähmaschine
Für alle, die Lust haben, Nähen mit der Nähmaschine zu lernen und eigene Ideen verwirklichen möchten. Wir werden dem Können entsprechend einfache, aber trotzdem schicke Kleidung anfertigen.
Neueinsteiger/-innen sollten vorab mit der Dozentin telefonischen Kontakt aufnehmen, damit geklärt werden kann, was alles benötigt wird. Auf jeden Fall gehört eine Nähmaschine dazu, eine Portion Spaß und Kreativität, aber auch Geduld und Ausdauer.
Gearbeitet wird in einer Kleingruppe.
Bitte eine Nähmaschine mitbringen.
In den Ferien kein Unterricht.

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Doris Uzoechina
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 25.02.13, 09:30 Uhr
7 U-Tage, 28 U-Std., 70,00 €
Kursnummer: 02214701

Ein Nähkurs - maßgeschneidert für Sie!

Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Sie wollen die Grundkenntnisse des Schneiderns erlernen oder Ihr Wissen durch professionelle Techniken verfeinern? In diesem Kurs können Sie verwirklichen, was Sie schon immer mal nähen wollten und bekommen dafür die nötige individuelle Anleitung. Ob Sie mit dem Nähen erst anfangen möchten oder schon Kenntnisse haben, gemeinsam macht das Nähen noch mehr Spaß! Gearbeitet wird in einer Kleingruppe.
Zum Einführungsabend bitte schon vorhandenes Material mitbringen. Telefonisch steht Ihnen die Dozentin gerne schon vorher für Fragen, z. B. bezüglich Schnitt, Stoff usw., zur Verfügung.
Bitte eigene Nähmaschine mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 5749206

Einführungsabend: Dienstag, 12.02.2013 von 20:00 bis 20:45 Uhr. Der Einführungsabend ist Bestandteil des Kurses.
Weyhe-Leeste, KGS, Nähraum
Ellen Haß
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 19:30 Uhr
8 U-Tage, 23 U-Std., 69,00 €
Kursnummer: 12214001

Einführungsabend: Mittwoch, 13.02.2013 von 20:00 bis 20:45 Uhr. Der Einführungsabend ist Bestandteil des Kurses.
Weyhe-Leeste, KGS, Nähraum
Ellen Haß
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 19:30 Uhr
8 U-Tage, 23 U-Std., 69,00 €
Kursnummer: 12214002

Einführungsabend: Dienstag, 07.05.2013 von 20:00 bis 20:45 Uhr. Der Einführungsabend ist Bestandteil des Kurses.
Weyhe-Leeste, KGS, Nähraum
Ellen Haß
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 28.05.13, 19:30 Uhr
8 U-Tage, 23 U-Std., 69,00 €
Kursnummer: 12214004

Einführungsabend: Mittwoch, 08.05.2013 von 20:00 bis 20:45 Uhr. Der Einführungsabend ist Bestandteil des Kurses
Weyhe-Leeste, KGS, Nähraum
Ellen Haß
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 29.05.13, 19:30 Uhr
8 U-Tage, 23 U-Std., 69,00 €
Kursnummer: 12214005

Einführungsabend: Mo. 11.2.13, 20:00 - 20:45 Uhr ist Bestandteil des Kurses. Der Kurs findet an 4 Samstagen - 16.2., 2.3., 16.3., 6.4.2013 statt.
Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Ellen Haß
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 10:00 Uhr
5 U-Tage, 25 U-Std., 62,50 €
Kursnummer: 23214001

Einführungsabend: Mo. 15.4.13, 20:00 - 20:45 Uhr ist Bestandteil des Kurses. Der Kurs findet an 4 Samstagen - 20.4., 4.5., 1.6., 15.6..2013 statt.
Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Ellen Haß
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 10:00 Uhr
5 U-Tage, 25 U-Std., 62,50 €
Kursnummer: 23214002

Ein Nähkurs auf jede/n zugeschneidert!

Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Sie wollen die Grundkenntnisse des Schneiderns erlernen oder Ihr Wissen durch professionelle Techniken verfeinern? In diesem Kurs können Sie verwirklichen, was Sie schon immer mal nähen wollten und bekommen dafür die nötige individuelle Anleitung. Ob Sie mit dem Nähen erst anfangen möchten oder schon Kenntnisse haben, gemeinsam macht das Nähen noch mehr Spaß!
Gearbeitet wird in einer Kleingruppe. Damit Sie gleich beim ersten Termin starten können, bringen Sie bitte Ihre Nähmaschine, Arbeitsmaterial wie Schere, Handmaß, Näh- und Stecknadeln, Schneiderkreide, Schreibmaterial, sowie einen Schnitt und benötigten Stoff und Zubehör mit. Gerne steht Ihnen die Dozentin für Fragen z. B. bezüglich Schnitt, Stoff usw. schon im Vorfeld telefonisch zur Verfügung, falls Sie Tipps zum Einkaufen benötigen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04277 963022

Weyhe-Leeste, KGS, Nähraum
Waltraud Beneke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:30 Uhr
7 U-Tage, 21 U-Std., 63,00 €
Kursnummer: 12214003

Nähen mit der Nähmaschine

Sie erlernen den Umgang mit der Nähmaschine oder erweitern Ihre Fähigkeiten. Es wird nach Fertigschnitten oder Schnittmustern genäht, dabei erhalten Sie Beratung bei der Stoffauswahl und der Schnittbearbeitung. Gern verrate ich Ihnen Tipps und Tricks für Näher/innen.
Anfänger/innen sind willkommen.
Bitte mitbringen: Stoffschere, Papierschere, Maßband, Stecknadeln, Nähgarn, Bleistift, Handnähnadel, Schneiderkreide und Stoffreste für Nähübungen.
Der Einführungsabend am 7.03.2013 von 19:00 - 19:45 Uhr ist Bestandteil des Kurses.
Spez. Fragen z. Kurs: 04240 9613288

Bruchh.-Vilsen, Schulzentrum, Handarbeitsraum
Evelyn Kühsel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.03.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 19 U-Std., 47,50 €
Kursnummer: 04213007

Kosmetik-Themenabend: Die richtige Pflege

in Kooperation mit der Stadtbibliothek Syke
Von der richtigen Reinigung bis hin zur speziellen Abschlusspflege. Für alle Frauen, die ihrer Haut etwas Gutes tun wollen.
Ein Pflegeabend mit den Profis der Parfümerie Karsten Wilde.
Materialkosten 7,00 €
Bitte Kosmetikspiegel mitbringen.

Syke, Stadtbibliothek, Hinrich-Hanno-Platz 1
Andrea Zacharias / Elena Homann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,50 €,
Kleingruppe: 17,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23214703

Kosmetik-Themenabend: Tages-Make-Up

in Kooperation mit der Stadtbibliothek Syke
Make-up, Concealer, Wimperntusche, Eyeliner und Rouge - mehr braucht es oft nicht für das perfekte Tages-Make-up. Sie erfahren, wie es einfach und schnell geht.
Materialkosten 7,00 €
Bitte Kosmetikspiegel mitbringen.

Syke, Stadtbibliothek, Hinrich-Hanno-Platz 1
Elena Homann / Andrea Zacharias
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23214704

Kosmetik-Themenabend: Abend-Make Up

in Kooperation mit der Stadtbibliothek Syke
Für einen strahlenden Glamour-Effekt muss das Make-up raffiniert und ausdrucksstark sein. Gedämpftes Licht und Schatteneffekte ermöglichen ein geschicktes Spiel mit den Farben. Resultat: Ein tolles Abend Make-up mit einem perfekten Finish wie auf dem Cover eines Fashion-Magazins!
Materialkosten 7,00 €
Bitte Kosmetikspiegel mitbringen.

Syke, Stadtbibliothek, Hinrich-Hanno-Platz 1
Andrea Zacharias / Elena Homann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,50 €,
Kleingruppe: 17,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23214705

Kosmetik-Themenabend: Schminken für Teenies

in Kooperation mit der Stadtbibliothek Syke
Schule, Disco, Abtanzball - für jeden Anlass das richtige Make-up. Wie werden Wimperntusche, Lippenstift, Make-up aufgetragen? Wie können Pickel und andere Hautunreinheiten kaschiert werden?
Materialkosten 7,00 €
Bitte Kosmetikspiegel mitbringen.

Syke, Stadtbibliothek, Hinrich-Hanno-Platz 1
Elena Homann / Andrea Zacharias
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,50 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23214706

Wochenendseminar

Farb- und Typberatung für Frauen und Männer

Welche Farben stehen mir?
Farben prägen und durchdringen unser Leben Tag und Nacht. Sie beeinflussen auf vielfältige Weise unsere Wahrnehmung, unsere Empfindungen und unsere Entscheidungen. Jeder Mensch hat seine eigenen für ihn harmonischen Farbakkorde, die vom Unterton der Haut abhängen. Durch eine Farbberatung, die mode- und altersunabhängig ist, können Sie in diesem Kurs erfahren, welche Farben Ihnen am besten stehen, d.h. ob Sie ein Frühlings-, Sommer-, Herbst- oder Wintertyp sind. Mit den richtigen persönliche Farben gewinnen Sie mehr Selbstsicherheit - auch im Beruf - können Ihre Kleidersorgen reduzieren und Fehlkäufe vermeiden.
Bitte Schreibzeug mitbringen.
Materialkosten: 2,50 €.
Fr 17:00 - 18:30 Uhr, Sa 09:00 - 17:15 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 04221 71169

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Hanna Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.03.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 35,00 €
Kursnummer: 23214005

Wochenendseminare, Frauen

Kleider machen Leute - der persönliche Stil

Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance!
Typgerechte Kleidung und der persönliche Stil sind eine wertvolle Grundlage für selbstbewusstes Auftreten. Finden Sie heraus, womit Sie eine gute Figur machen. Entdecken Sie in diesem Kurs Ihre eigenen Körperlinien und Proportionen und lernen Sie, damit zu arbeiten und sich typgerecht zu gestalten und dadurch mit sich selbst in Einklang zu sein. Stoffqualitäten, Schnitte, Accessoires und Schmuck werden weitere Themen sein, denn es ist nicht das einzelne Teil, sondern immer die Gesamterscheinung, die wirkt.
Fr. 17:00 - 18:30 Uhr, Sa., 09:00 - 17:15 Uhr
Bitte mitbringen: Zentimetermaß, Schreibzeug und - wenn vorhanden - einen Zollstock.
Spez. Fragen z. Kurs: 04221 71169

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Hanna Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 35,00 €
Kursnummer: 04214701

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Hanna Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 25.01.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 35,00 €
Kursnummer: R03214706

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Hanna Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 24.05.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 35,00 €
Kursnummer: 03214706

Gesundheitsbildung

3

Ilse Hollenberg
Fachbereichsleitung
Tel. 04242 976-1916
E-Mail:
ilse.hollenberg@vhs-diepholz.de

Sarah Hinrichs
Sachbearbeitung
Tel. 04242 976-4095
E-Mail:
sarah.hinrichs@vhs-diepholz.de

Fachbereichsthemen

Informationen zur Gesundheitsbildung an der VHS 152
Fortbildung für Lehrende 152
Gesundheit aktuell 154
Psychische Erkrankungen 154
Autogenes Training 162
Qi Gong 163
Taijiquan 165
Yoga 166
Wege zur Entspannung und zum Wohlfühlen 172
Feldenkrais 174
Bewegung und Fitness 175
Bildungsurlaubsangebote 176
Kochen, Essen und Ernährungsfragen 185

Bitte beachten!

Die Kursangebote richten sich in der Regel an gesunde Personen. Bei bestehenden Erkrankungen oder im Zweifel fragen Sie bitte Ihren Arzt oder Ihre Ärztin. Bei Bewegungs- oder Entspannungskursen empfiehlt sich bequeme Kleidung oder Sportkleidung. Denken Sie bitte auch an eine Unterlage, Decke, ein Kissen und Wollsocken sowie Getränke.

Gesetzliche Krankenkassen fördern die Teilnahme an Gesundheitskursen

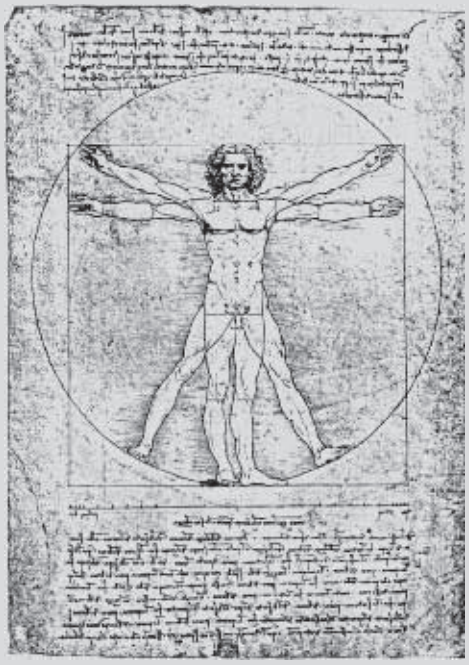
In den Bereichen Bewegung, Entspannung/ Stressbewältigung, Ernährung und Sucht kann die Teilnahme an speziellen Kursen im Programm von den gesetzlichen Kassen gefördert werden. Eine Förderung ist vor Kursbeginn mit der Krankenkasse zu klären. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Kasse.

In diesem Fall erstatten Krankenkassen das Kursentgelt ganz oder zu einem großen Teil. Hierzu sind nach Kursende eine Teilnahmebescheinigung der VHS und ein Zahlungsbeleg über das Kursentgelt bei der Krankenkasse einzureichen. Die Teilnahmebescheinigung erhalten Sie, wenn Sie an mindestens 80 % der Kursstunden teilgenommen haben.

Bonussystem aktuell

Die Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie den Versicherten im Rahmen des Bonus-System anerkennen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse am Ort vor der Anmeldung!

Mit der Teilnahmebescheinigung Ihrer VHS und dem Zahlungsbeleg erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse den Stempel für Ihr Bonusheft.



Hinweise für Kursleitende Fortbildungen

- Fachkonferenz für neue Lehrende, Syke, 18.01.2013
- Yoga und Meditation,
  Springe, 12. – 13.01.2013 (AEWB)
- Qi Gong-Lehrer/-in Ausbildung - Fortbildung zum/zur Übungsleiter/-in PMR in der Erwachsenenbildung,
  Göttingen, 18.01.2013 – 13.09.2015 (AEWB)
- Anti-Stresstrainer/-in für pädagogische und soziale Berufe, Multimodales Stressmanagement,
  Springe, 26.01. - 23.02.2013 (AEWB)
- Klangmassage - Schnupperkurs,
  Springe, 02. – 03.02.2013 (AEWB)
- Progressive Muskelrelaxation (PMR) - Fortsetzung und Vertiefung, Fortbildung zum/zur Übungsleiter/-in PMR in der Erwachsenenbildung
  Springe, 02.02. - 09.03.2013 (AEWB)
- Progressive Muskelrelaxation (PMR) – Fortsetzung und Vertiefung, Hannover, 29.02.2012 (AEWB)
- Yoga für den Rücken - Sanfte Schule mit dem Ball,
  Sarstedt, 23.02.2013 (AEWB)
- Qi Gong mit betagten Menschen,
  Hannover, 16.03. - 11.08.2013 (AEWB)
- Stressmanagement und Yoga - wenn Arbeitsstress grenzenlos wird,
  Springe, 05. – 07.04.2013 (AEWB)
- Rolle und Selbstverständnis als Kursleitende
  Göttingen, 06. - 07.04.2013 (AEWB)
- Yoga-Basisqualifikation 2013 - Fortbildung zum/zur Yogaübungsleiter/-in in der Erwachsenenbildung,
  Bassum, 19.04.2013 - 23.03.2014 (AEWB)
- Progressive Muskelrelaxation (PMR) - Fortsetzung und Vertiefung, Hannover, 27.04.2013 (AEWB)
- Selbstmanagement – orientiert an persönlichen Ressourcen, Arbeiten mit dem Züricher Ressourcenmodell
  Verden, 04.05.2013 (KVHS Verden, Tel. 04231 15-119)

Informationen zur Fortbildung in 1. Hilfe sowie über weitere Angebote auch zur Methodik und Didaktik bei der Fachbereichsleitung.

DRK - Kreisverband
Diepholz e. V.

Breitenausbildung
Erste Hilfe Kurse

Deutsches Rotes Kreuz

Erste Hilfe

Informationen

www.drk-diepholz.de

04242 92270 - Syke

05441 59500 - Diepholz
Sulingen

Veranstaltungen in Kooperation mit dem St.-Ansgar-Klinikverbund

Wir bitten jeweils um Anmeldung.

Vorträge

„Nicht von schlechten Eltern“

Kinder psychisch Kranker
Weyhe-Leeste, Alte Wache
Dr. Hardy Gutknecht
Do, 17.01.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12304003

Psychische Erkrankungen und ihre Therapie

Stationäre, tagesklinische und ambulante Behandlungsformen
Twistringen, Klinik Twistringen
Dr. Hardy Gutknecht
Do, 21.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tage, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 00304004

Entweder gut oder böse und ziemlich extrem

Persönlichkeitsstörungen am Beispiel der Borderline-Erkrankung
Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Dr. Hardy Gutknecht
Do, 14.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 23304009

Körper und Seele

Psychosomatische Erkrankungen und ihre Behandlung
Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Dr. Hardy Gutknecht
Do, 23.05.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 23304002

Depression verstehen

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Susanne Knak
Termin steht noch nicht fest
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12304005

Angehörige psychisch Kranker - Psychische Erkrankungen in der Familie

Auswirkungen und Umgangsformen

Twistringen, Klinik Twistringen
Dr. Hardy Gutknecht
Mo, 17.06.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 00304002

Depression

Dieses Angebot richtet sich vor allem an die Angehörigen, aber auch an Betroffene und Interessierte und soll sie dabei unterstützen, die spezifischen Belastungen und Probleme besser bewältigen zu können. Wesentliche Bausteine dabei sind:

- Ausführliche Informationen zu Krankheitsbild, Krankheitsverlauf und Behandlungsformen
- Was können Angehörige tun?
- Günstige, hilfreiche Verhaltensweisen im täglichen Miteinander
- Erarbeiten konkreter Bewältigungsstrategien für die von den Teilnehmenden eingebrachten individuellen Problemstellungen.
- Entlastung und Schutz vor Überforderung - die eigenen Bedürfnisse (wieder) ernst nehmen.

Spez. Fragen z. Kurs: 04243 41530237

Twistringen, Klinik Twistringen
Susanne Knak
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 24.04.13, 18:30 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., 16,00 € inkl. Skript
Kursnummer: 00304003

In Kooperation mit dem Senioren-Service-Büro der Stadt Syke

Vortrag

Mehr Geld für Demenzkranke!

Pflege-Neuausrichtungsgesetz

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Christine Körbel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 23306001

Vortrag

Wie kann man in Syke im Alter Wohnen?

Vorstellung alternativer Wohnformen
Anhand von Praxisbeispielen werden im Alter mögliche Wohnformen vorgestellt, wie Wohngemeinschaften, Betreuung durch Tagespflege oder stationäre Wohnformen.

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 17:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 23306002

Qi Gong im Sitzen

für Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahre
Mit speziell angepassten Qi Gong Übungen werden im Sitzen die Muskeln und Sehnen gedehnt und die Beweglichkeit verbessert. Damit verbundene sanfte Atemübungen bringen Entspannung und beruhigen die Gedanken. Das Qi (Lebenskraft) fließt harmonischer. Es kann auch im Rollstuhl geübt werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 4077

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Silvia Lauer-Schulz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 15:45 Uhr
9 U-Tage, 9 U-Std., 22,50 €,
Kleingruppe: 27,50 €
Kursnummer: 23301025

Gesundheitstag für Ältere

Bewegung ein Leben lang

in Kooperation mit Sportvereinen, LSB, NTB und Krankenkassen
Verschiedene Referentinnen und Referenten stellen ganz verschiedene Bewegungsangebote zum Schnuppern vor wie Gymnastik im Sitzen, Qi Gong, Tanz und ermöglichen so, diese Methoden kennenzulernen, um sich dann ggf. mit einer der Methoden intensiver zu beschäftigen.

Syke, Grundschule, Am Lindhof
Sa, 02.03.13, 13:00 - 17:00 Uhr
entgeltfrei
Kursnummer: 23302018

Info und Anmeldung: 04242 976-4444 - soweit nichts anderes ausgewiesen

Fortbildung

Qualifizierung zur Betreuung demenzkranker Menschen

in Kooperation mit den Senioren-Servicebüros im Landkreis Diepholz, dem St. Ansgar Klinikverbund sowie dem Landkreis Diepholz. Qualifizierung insbesondere für ehrenamtlich Tätige. Andere Interessierte oder in diesem Bereich beruflich Tätige können ebenfalls teilnehmen.
Familien, Angehörige und Freunde, die demenzerkrankte Menschen in der eigenen Häuslichkeit betreuen und pflegen, benötigen im Alltag flexible, verlässliche und manchmal auch rasch verfügbare Freiräume für Erledigungen, eigene Arztbesuche, Erholung und Selbstpflege. Diese können durch die Unterstützung von ehrenamtlichen oder freiwilligen Helferinnen und Helfern geboten werden, die vertraut sind im spezifischen Umgang mit an Demenz Erkrankten. Eine Vermittlung kann über die Beratungsstellen erfolgen.
Neben den grundpflegerischen und hauswirtschaftlichen Hilfen, die ein Pflegedienst oder eine Sozialstation anbieten, leisten Ehrenamtliche bzw. Freiwillige Betreuung in Form von biographisch orientierten Aktivitäten im häuslichen Umfeld oder in einer Betreuungsgruppe.
Innerhalb dieser Fortbildung erfolgt eine Hospitation von 15 Stunden in einer Einrichtung für Demenzerkrankte. Teilnehmende, die bei einer entsprechenden Beratungsstelle tätig sind, erhalten nach Absprache Zuschüsse zu den Fortbildungskosten.

Twistringen, Tagespflege St. Josef, Südstr. 13
Dozententeam
Mi, 20.02.13, 17:00 Uhr
11 U-Tage, 51 U-Std., 250,00 €
Kursnummer: 00305003

Fortbildung

Qualifizierung zur Betreuung demenzkranker Menschen

in Kooperation mit „Sozius e.V.“
Zertifikatskurs nach dem Pflegeleistungs-Ergänzungsgesetz.
Schulung von ehrenamtlichen bzw. freiwilligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für Familien, Angehörige und Freunde, die demenzerkrankte oder psychisch kranke Menschen in der eigenen Häuslichkeit betreuen und pflegen. Inhalte: Das Krankheitsbild und Therapie bei Demenz, Paranoia und Depression, Sucht im Alter, Situation pflegender Angehöriger, Kommunikation, Pflegeversicherung, Betreuungsrecht, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Netzwerke für Demenzkranke und ihre Angehörigen, Reflexion und Selbstpflege. Außerdem mindestens 1 Hospitationstag in einer Einrichtung für Demenzkranke. Nach Beendigung der Fortbildungsmaßnahme erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 80609770

Stuhr, Heiligenroder Str. 33
Ute Seyfried/Dr. Sabine Weymann/Axel Kelm
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 08:30 Uhr
5 U-Tage, 40 U-Std., 100,00 €
Kursnummer: 21305001

Vortrag

Diagnose Demenz - eine Herausforderung für alle Beteiligten

Es werden die verschiedenen Seiten der Erkrankung zur Sprache kommen. Die medizinische (Entstehung, Verlauf, Behandlungsmöglichkeiten), aber auch die soziale (wie geht man mit dem Erkrankten um). Zudem werden Perspektiven thematisiert (wie können Angehörige die Erkrankten sinnvoll unterstützen und „fördern“.
Gegen Ende der Veranstaltung gibt es Raum und Zeit für Fragen sowie für einen Austausch untereinander.
Dieser Termin ist nur für Angehörige von erkrankten Menschen und für Interessierte gedacht!
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 3760753

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Renate Schnier
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 05300002

Aktivierungangebot für demenziell erkrankte Menschen

Zielgruppe sind die Menschen, die sich noch in der Anfangsphase der Erkrankung befinden. In einer überschaubaren Kleingruppe werden die Teilnehmer auf vielfältige Weise angeregt, und zwar durch: Sinnesstimulation, Bewegungsübungen, kleine Spiele, ein leichtes „Mentaltraining“, Gespräche. Musik und der Einsatz von bekannten Alltagsobjekten dienen dabei als Erinnerungsanker. Klare, wiederkehrende Abläufeund Strukturen bilden den Rahmen, der den Teilnehmenden Sicherheit und Orientierung gibt.
Näheres siehe Info-Veranstaltung am 04.02.2013.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 3760753

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Renate Schnier
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 14:15 Uhr
6 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €
Kursnummer: 05300003

Gesprächskreis für Angehörige von Demenzkranken

Die Betreuung von Demenzkranken stellt Angehörige jeden Alters vor große praktische und emotionale Probleme. Unter Leitung einer Fachkraft für Demenzbetreuung werden verschiedene Themen rund um die Betreuung besprochen und Hinweise auf Hilfsmöglichkeiten in der Gemeinde Weyhe gegeben.
jeden 2. Mittwoch im Monat.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 893835

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Barbara Hebrock
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 15:00 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12306002

Die private Pflegeversicherung - Sinn oder Unsinn

In Kooperation mit dem SoVD Kirchweyhe

Weyhe-Leeste, Alte Wache, Saal
Bernd Dörrie
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €. Entgeltfrei für SoVD Mitglieder.
Kursnummer: 12306003

Gedächtnistraining

Brille verlegt? Portemonnaie gesucht? Name entfallen? Wir werden aktiv dagegen steuern. Auf vielfältige und entspannte Weise werden wir gemeinsam mit Gleichgesinnten unser Gehirn anregen und trainieren. Der spielerische Charakter der Übungen verhindert unnötigen Leistungsdruck und ermöglicht es uns, Spaß am Denken und Lernen zu entwickeln. Trainiert werden u. a. zentrale Hirnleistungen wie Wortfindung, Merkfähigkeit, Wahrnehmung, Konzentration und Fantasie. Darüber hinaus werden Methoden zum Lernen/Erinnern verschiedener Inhalte aufgezeigt. Leicht nachvollziehbare Entspannungs- und Bewegungsübungen sowie Anregungen für die Sinne fördern hirngerechtes Lernen und runden das Programm ab.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 3760753

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Renate Schnier
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 15:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 05300001

Vortrag

Ein gutes Gedächtnis - was kann ich dafür tun?

Sie erhalten Tipps und Anregungen, wie Sie dazu beitragen können, die „grauen Zellen“ fit zu halten. Eine Methode zur Steigerung der Gehirnleistung ist das Ganzheitliche Gedächtnistraining. Dieses Training wird mit anschaulichen Übungen vorgestellt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04247 971119

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Renate Früchtenicht
Wir bitten um Anmeldung.
Do, 21.02.13, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04300001

Unterhaltsames Gedächtnistraining

Unabhängig vom Alter trägt ein regelmäßiges Gedächtnis- und Konzentrationstraining zur Steigerung der Gehirnleistung bei. In diesem Kurs, der auf Personen ab 50 Jahren zugeschnitten ist, werden mit abwechslungsreichen Übungen die „grauen Zellen“ auf Trab gebracht. Ohne Leistungsdruck und in spielerischer Form werden verschiedene Gehirnfunktionen angeregt. Im Vordergrund stehen der Spaß am Denken und das gemeinsame Trainieren in geselliger Runde.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04247 971119

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Renate Früchtenicht
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.03.13, 10:00 Uhr
4 U-Tage, 5 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04300002

Gehirntraining mit Feldenkrais - Lernen einfach gemacht

Gehirn und Körper beeinflussen sich gegenseitig. Während das Gehirn die bewussten Bewegungen steuert, führen neue Bewegungsabläufe zu einer Erweiterung der neuronalen Verschaltungen im Gehirn. Am Beispiel der Methode Feldenkrais wird aufgezeigt, wie durch auch kleine Bewegungen, die vom normalen Bewegungsmuster abweichen, die Gehirn- und Gedächtnisleistung verbessert werden kann.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2081

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Andrea Bäkefeld
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.03.13, 20:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12300011

Gedächtnistraining für Senioren und Seniorinnen

in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbüro der Gemeinde Weyhe

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Maike von Ahsen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 16:30 Uhr
5 U-Tage, 5 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 12302027

Aussteigen bevor es zu spät ist

Burnout Prophylaxe - konkret und praktisch
Fast jeder kennt das Gedicht „Der Zauberlehrling“ von J. W. v. Goethe. Das Bild der vielen Besen, die unermüdlich ihre Arbeit tun und nicht mehr zu stoppen sind, würde heute ein klassisches Burnout-Erleben verdeutlichen.
Selbst mit erhöhter Anstrengung, Zusammenreißen und Durchhalteparolen als „Zauberformeln“ lässt sich das Zuviel des Arbeitsalltags nicht stoppen, da in den meisten Fällen die Ursachen der Überlastung struktureller Natur sind. Aber Rahmenbedingungen, Stressklima und Rollenerwartungen sind nicht so schnell veränderbar wie das innere Leid wächst.
Lernen Sie ihre persönlichen Stressoren kennen, denn jede/r hat andere, und üben Sie in konkreten und praktischen Schritten, aus dem „Hamsterrad auszusteigen“.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 936548

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Helke Hoff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 23304007

Tagesseminar

„Burnout - Modeerscheinung oder fehlende Balance?“

Kennen Sie das auch? Die Arbeitswelt verdichtet sich spürbar, es herrschen permanente Erreichbarkeit, Dauerstress, Leistungsdruck und Zukunftsangst. Dadurch verschwimmt die Trennung zwischen Berufstätigkeit und Privatleben immer mehr. Dieser Trend wird auch auch „Entgrenzung“ genannt: Echte Freizeit und persönliche Erholung werden zum Luxus,

Körper und Seele beginnen zu leiden. Welche Rolle spielt hier das „Burnout-Syndrom“? Was ist damit gemeint und worin liegen die Unterschiede zwischen Stress, Überlastung und Erschöpfung? Unsere Tagesveranstaltung stellt den aktuellen Stand der Forschung dar und zeigt Möglichkeiten auf, der „Stressfalle“ und dem „Hamsterrad“ zu entfliehen. Dr. Dirk Schmidt-Herholz geht dabei auch auf Risikopersönlichkeiten und die Verantwortung von Führungskräften im Berufsalltag ein.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 971877

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Dr. Dirk Schmidt-Herholz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.02.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 70,00 €,
Kleingruppe: 80,00 € inkl. Pausenkaffee und Mittagessen
Kursnummer: 02304001

Vortrag

Neue Ansätze in der Burnout-Behandlung

Stress und Burnout gehirngerecht überwinden - Vortrag mit Übungen
Betroffene, die unter andauerndem Stress leiden, fühlen sich oft mit ihrem Problem allein gelassen. Vieles wurde ausprobiert, aber es scheint keine Lösung zu geben, die eine anhaltende Veränderung bewirkt. Ein Burnout droht. Stress muss aber nicht unweigerlich zum Burnout führen. Mit Methoden, die auf Erkenntnissen der modernen Gehirnforschung basieren, kann ein Erschöpfungszustand schnell beendet bzw. ein Burnout verhindert werden. Sollte es schon zu einem Burnout gekommen sein, kann dieser Zustand effektiv und gezielt beenden werden, ohne dass es zu einer längeren Arbeitsunfähigkeit kommen muss.
Im Vortrag wird über moderne Wege der Prävention und Behandlung informiert. Kleine Übungen, die in den Alltag integriert werden können, dienen der Veranschaulichung.
Um Anmeldung wird gebeten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04202 500085

Schwarme, Robberts Huus, Hoyaerstr. 2
Frauke Schulte
Mo, 25.02.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04301030

Vortrag

Hypnose als Therapieform

In bestimmten Fällen kann Hypnose als wertvolle Methode im Heilungsprozess eingesetzt werden. Aus praktischer Erfahrung wird berichtet und über Hintergründe und Möglichkeiten einer Anwendung aufgeklärt.

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Hans-Holger Ahlsdorff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 05.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23304001

Vortrag

Auswirkungen des Klimawandels auf die Haut

Wie beeinflusst der Klimawandel Hautkrankheiten wie Neurodermitis und Hauttumore?
Spez. Fragen z. Kurs: 04441 887530

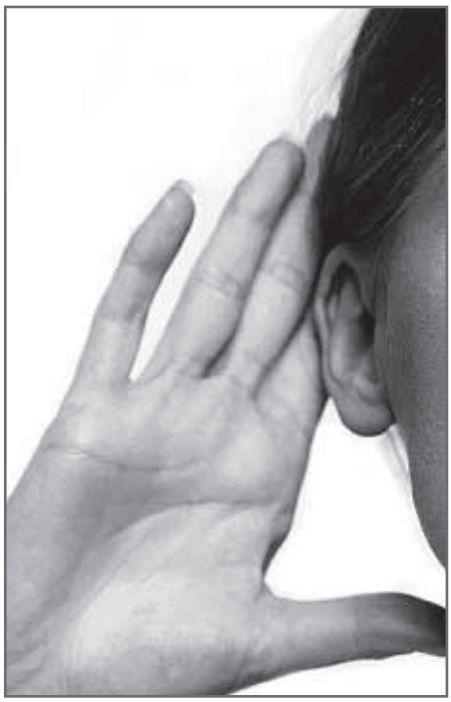
Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Dr. Volker Jasnoch
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 05304006

Vortrag

Hören - einer unserer wichtigsten Sinne

Vortrag über das Hören
Vielen Menschen geht es so: Man hat das Gefühl, eigentlich noch gut zu hören, aber versteht vieles trotzdem nicht. Dieser scheinbare Widerspruch soll u.a. erklärt werden. Wichtige Informationen über das Gehör, Hörprobleme und Hörgeräte sollen nicht zu kurz kommen. Außerdem soll viel Platz für Fragen zum Thema „Hören“ sein. Ziel ist es, die Möglichkeit zu geben, die Funktionen des Hörens anschaulich zu erfahren. Viele Mitmenschen besitzen ein vermindertes Hörvermögen und leiden darunter, dass soziale Kontakte abreißen. Ein Satz von Immanual Kant zeigt die Bedeutung des Gehörs: „Nicht sehen können trennt von den Dingen, nicht hören können trennt von den Menschen“.
Wir bitten um Anmeldung.

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Silke Tiedemann
Mo, 11.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04304005



Vortrag

Frühlingserwachen!

Starten Sie voller Energie und guter Laune in den Frühling
Müde, lustlos, ohne Antrieb: Während der dunklen Jahreszeit fehlt vielen Menschen die Energie. Nun ist es Zeit für den Neustart. Nutzen Sie den Elan des Frühjahrs, um mit der Natur zu neuen Kräften zu kommen. Der Frühling stärkt den Willen - Zeit für innere Reinigung und Entgiftung mit wertvollen Lebensmitteln und Heilkräutern. Nutzen Sie die Kraft der Nahrung, lassen Sie sich durch Lebenmittel vitalisieren und für die Herausforderungen Ihres Lebens stärken. Und der Sommer kann kommen!
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 255758

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Antje Pieratzki
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 03304007

Vortrag

Ernährung nach dem Stoffwechseltyp

Mit dieser Methode nutzen Sie die innere Weisheit Ihres Körpers. Sie können selbst herausfinden, mit welcher Art der Ernährung Sie sich am besten fühlen: Ob eine Kost mit viel oder wenig Kohlenhydraten, Fett oder Eiweiß, vegetarisch oder mit Fleisch für Sie richtig ist. Je nach Abstammung (nordisch, mediterran,...), Blutgruppe und individuellem Stoffwechsel braucht Ihr Körper eine bestimmte Ernährung. Was für Sie richtig ist, kann für andere völlig falsch sein. Die gleiche Ernährung lässt manche Menschen schlank und fit werden, andere werden träge und nehmen sogar zu. Stellen Sie anhand eines Tests Ihren Stoffwechseltyp fest und erfahren Sie, welche Lebensmittel für Sie die richtigen sind.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 255758

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Antje Pieratzki
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 03304005

Vortrag

Eiweiß in unserer Ernährung

In jedem Alter können Sie mit einer ausgewogenen Eiweißversorgung Ihr Wohlbefinden und Ihre Leistungsfähigkeit steigern. Denn Eiweiß macht nicht nur schlank und gesund, sondern baut Muskeln auf, macht uns leistungsfähig und glücklich, sorgt für einen erholsamen Schlaf und lässt uns dabei langsamer altern und schneller schlank werden, macht unser Immunsystem fit und stärkt unsere Konzentrationsfähigkeit. Der Vortrag zeigt neueste wissenschaftliche Erkenntnisse und wie man sie gezielt für das körperliche, geistige und seelische Wohlergehen einsetzen kann.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 255758

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Antje Pieratzki
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 06.05.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 03304006

Vortrag

Sauer macht lustig, im Körper leider eher grantig?

Wie merke ich das in Körper und Gemüt? Haben die wiederkehrenden Kopfschmerzen, die Dauermüdigkeit, das Sodbrennen etc. vielleicht etwas damit zu tun? Was macht den Körper so richtig sauer? Und was kann ich im Alltag tun, um ihn bei Laune zu halten und vielleicht ja sogar zu verwöhnen?
Lassen Sie sich überraschen, wie interessant dieses Thema sein kann.
Wir bitten um Anmeldung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 939020

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Katrin Beha
Fr, 03.05.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04304001

Vortrag

Den Körper entgiften, die Gesundheit stärken

Arbeitet unser Körper tatsächlich wie ein Hochofen und muss von Zeit zu Zeit entschlackt werden? Erkrankt mein Körper früher oder später an bestimmten Krankheiten oder treten Beschwerden auf, wenn ich ihn nicht regelmäßig entgifte? Was hat Übersäuerung damit zu tun? Antworten auf diese und andere Fragen gibt dieser Vortrag, der praxisnah aufzeigen möchte, wann und warum eine Ausleitungstherapie bzw. Entgiftung sinnvoll sein kann.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 788105

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Ingrid Behr
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12304038

Vortrag

Frühjahrskur - Tipps zum Entschlacken und Entgiften

Täglich kommen wir mit ca. 50.000 chemischen Substanzen in Berührung: Luft, Boden, Nahrung, Wohnungseinrichtung, Kosmetik -alle diese Dinge enthalten Chemikalien, die sich in unserem Körper anreichern können und unser Wohlbefinden beeinflussen. Umweltgiftstoffe können direkt und aktiv Schaden im menschlichen Körper anrichten. Die Anzahl der täglich aufgenommenen schädlichen Stoffe nimmt schneller zu, als die körpereigenen Entgiftungsmechanismen arbeiten können. Entgiftung und Entschlackung erfolgen über Leber, Darm, Niere, Haut und das Lymphsystem. Zu jedem der genannten Organe werden Ihnen Wege der Reinigung vorgestellt.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 535943

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Martina Bruns
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12304023

Homöopathie bei Grippe und Erkältungskrankheiten

Mit Hilfe der homöopathischen Heilmittel, die aus pflanzlichen, mineralischen und/ oder tierischen Stoffen bestehen und ihrer speziellen Verarbeitungsform, kann die Erkrankung sanft ausheilen ohne unterdrückt zu werden.
Die wichtigsten homöopathischen Heilmittel als Hilfe bei Fieber, Grippe, Schnupfen, Ohrenschmerzen, Halsschmerzen, Kehlkopfentzündung, Husten, Pseudokrupp und akuten Magen-Darmerkrankungen werden intensiv besprochen, um sie für den häuslichen Gebrauch bei Kindern und Erwachsenen anwenden zu können.

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Irene Plein
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 19:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 40,00 €
Kursnummer: 22304001

Vortrag

Homöopathie und chronische Erkrankungen

In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten
Die Homöopathie beschäftigte sich schon früh mit chronischen Erkrankungen wie Bluthochdruck, Diabetes, Allergien oder Rheuma und zeigte Wege auf, wie chronische Erkrankungen behandelt werden können.

Twistringen, Rathaus, Sitzungssaal
Dagmar Scholz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,00 €,
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24304001

Vortrag

Homöopathie und chronische Erkrankungen

In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten
Alternative Heilmethoden aus homöopathischer Sicht, die begleitend zur schulmedizinischen Behandlung einer Krebserkrankung eingesetzt werden können, werden in diesem Vortrag vorgestellt.

Twistringen, Rathaus, Sitzungssaal
Dagmar Scholz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 17.04.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,00 €,
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24304002

Vortrag

Allergien und Heuschnupfen - Naturheilkundliche Behandlungsmethoden

Immer mehr Menschen leiden an Heuschnupfen, Allergien, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Hausstaubmilbenallergien und Schimmelpilzbelastungen. Häufig sind die Betroffenen aufgrund der sehr oft schwerwiegenden Symptomatik ratlos und zweifeln an einer Genesung bzw. Normalisierung. Während dieser Veranstaltung werden bewährte naturheilkundliche Therapieformen vorgestellt, welche seit Jahrzehnten mit Erfolg in der Komplementärmedizin zum Einsatz kommen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 788105

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Ingrid Behr
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 28.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12304000

Vortrag

Wechseljahre - Neue Herausfordungen annehmen

Etwa ein Drittel der Frauen in den Wechseljahren ist durch Symptome wie z. B. Hitzewallungen, Veränderungen im Zyklus, Stimmungsschwankungen, Schlafstörungen körperlich und seelisch massiv beeinträchtigt. Hinzu kommen häufig auch private und berufliche Einbrüche. Viele Frauen sind verunsichert, das Älterwerden wird ihnen bewusster und sie befürchten geistige und körperliche Leistungseinbußen. Sie erfahren mehr über die körperlichen Veränderungen in den Wechseljahren und welche Beschwerden dadurch verursacht werden können. Es werden Ihnen Möglichkeiten aufgezeigt, wie Sie aktiv zur Linderung und Vorbeugung von Wechseljahrsbeschwerden beitragen können.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 535943

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Martina Bruns
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 04.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12304022

Vortrag

„Lass los, was dich unglücklich macht und lebe fröhlich“

Vortrag mit praktischen Übungen
Kunstvoll leben und individuelle Wege zur Selbstfindung entdecken
Leben lernen, loslassen können, Abschiednehmen können, materielle Dinge nicht besitzen zu wollen: Diese Fähigkeiten sind zu erlernen und Voraussetzung, um harmonisch und innerlich zufrieden leben zu können. Geistige und seelische Schulungen sind notwendig, um sich frei zu machen von den Sorgen und Problemen des Alltags. Positive Lebensregeln, die jede/-r verinnerlichen kann, sind ein Weg, um den innerlich und äußerlich erforderlichen Selbstfindungsprozess zum Erfolg zu führen. Im Vortrag werden Übungen gezeigt, um mit sich und mit seiner Umwelt zufriedener leben zu können.
Wir bitten um Anmeldung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04432 353

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Nepal Lodh
Di, 14.05.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 10,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04301016

Vortrag

Ausleitung und Regeneration mit Heil- und Wildpflanzen

in Kooperation mit der Bibliothek
Schon im alten Testament kann man von dem Brauch lesen, im Frühjahr bittere Kräuter zu essen, um den Körper zu reinigen. Entgiftung kann ein wichtiger Therapiebestandteil z.b. bei Haut- oder Rheumaleiden, Allergien und Kreislaufbeschwerden sein. Es werden Pflanzen und deren Wirkung vorgestellt, die diese Ausleitungsprozesse unterstützen.
Darmsanierung, Probiotika und ganzheitliche Betrachtungsweise sind weitere Themen dieses Vortrages zur „Frühjahrskur“.
Spez. Fragen z. Kurs: 04434 1394

Barnstorf, Bibliothek, Am Markt 4
Anselma Linz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 01304001

Tagesseminar

Ausleitung und Regeneration mit Heil- und Wildpflanzen

In diesem Seminar lernen sie Heil -und Wildpflanzen kennen die sich besonders gut zur Ausleitung und Entgiftung eigenen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04434 1394

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Anselma Linz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.03.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 45,00 €, Kleingruppe: 55,00 €; inkl. Mittagessen, Pausenkaffee.
Kursnummer: 02304002

Der Heilpflanzen-Kalender

Jeden Monat von April bis August hat man bei diesen Vorträgen die Möglichkeit, eine Heilpflanze gründlich kennen zu lernen. Es wird das Wissen rund um Botanik, Historie und praktische Anwendung der Pflanzen vermittelt, aber auch Neben- und Wechselwirkungen werden besprochen. Jeder Teilnehmende erhält Unterlagen mit den wichtigsten Informationen und Rezepten. Diese Reihe kann im Herbst fortgesetzt werden.
1 x monatlich, weitere Termine: 16.05., 13.06., 15.08.2013.
Die Pflanzen werden in einer Fotoausstellung im Gang zwischen dem Ärztehaus und dem Bassumer Krankenhaus präsentiert.
Spez. Fragen z. Kurs: 04434 1394

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Anselma Linz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 19:30 Uhr
4 U-Tage, 8 U-Std., 20,00 €,
Kleingruppe: 25,00 €
Kursnummer: 02304009

Vortrag

Heilpflanzen der Frauengesundheit

Es wird eine Auswahl von Heilpflanzen vorgestellt, die rund um den Rhythmus des Frauseins wertvolle Begleiterinnen sind. Seit Urzeiten haben weise Frauen und Hebammen sich das Wissen über Heilpflanzen zu eigen gemacht und so hat sich über die Jahrhunderte ein reicher Schatz an Erfahrungen gesammelt, auf den wir heute zurückgreifen können. Durch klinische Studien ist belegt, dass Heilpflanzen zu Unrecht an Bedeutung in der Frauenheilkunde verloren haben.
Spez. Fragen z. Kurs: 04434 1394

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Anselma Linz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 18.04.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 16,50 €, Kleingruppe: 21,50 €; inkl. Pausenkaffee.
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 02304003

Tagesseminar

Heilkräfte aus der Natur - die Ringelblume

Die Ringelblume ist nicht nur hübscher Blickfang im Garten, sondern ein bewährtes Hausmittel aus Omas Zeiten. In der Heilpflanzenkunde steht Calendula uns auch heute noch zur Seite. Aus dieser Sichtweise heraus, möchte ich Ihnen diese „alltägliche" Pflanze näher bringen. Wir werden u.a. eine Salbe herstellen. Bei schönem Wetter findet das Seminar im Garten des Hauses Mewes, Maidamm 10, statt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 2470

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Christiane Mewes
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 17.08.13, 15:30 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 10,00 €, Kleingruppe: 15,00 €; zzgl. 8,00 € Materialkosten.
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04304003

Vortrag

Bachblüten - Hilfe für die Seele

Ähnlich der Homöopathie können diese von Dr. Bach entdeckten Blüten in subtiler Weise auf die Selbstheilungskräfte des Körpers einwirken, ohne ihn zu belasten.
Seelische Befindungsstörungen können mit den Substanzen - so Dr. Bach - günstig beeinflusst und eine positive geistige Entwicklung gefördert werden.
Wir bitten um Anmeldung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 77152

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Susanne Werner
Do, 14.03.13, 19:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04304004

Bachblüten - Hilfe für die Seele

Dr. Edward Bach, der Entdecker der Bachblüten, arbeitete nach der Devise „Stelle die Harmonie zwischen Seele, Körper und Geist wieder her und der Mensch wird gesund". Nach Dr. Bach geht jeder Krankheit ein negativer Seelenzustand voraus. Mit der Heilkraft der Bachblütenessenzen werden emotionale Probleme besser bewältigt. Sie wirken auf das Energiesystem und korrigieren sanft blockierte Lebensenergien. In diesem praxisnahen Seminar werden alle 38 Blüten sowie Notfalltropfen vorgestellt und ausführlich besprochen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 788105

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Ingrid Behr
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 08.06.13, 9:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 18,00 €,
Kleingruppe: 23,00 €
Kursnummer: 12304039

Taping - sanft gegen den Schmerz

Taping-Grundkurs
Bei vielen Schmerzpatienten sind die Beschwerden muskulär bedingt. Verspannte Muskeln können darüber hinaus Tinnitus, Migräne oder Verdauungsstörungen verursachen. Taping, die für den Leistungsport entwickelte Methode, hat sich als sehr wirksam bei verschiedenen muskulär bedingten Problemen erwiesen.
Während des Kurses erhalten Sie ein einfaches Werkzeug für sich selbst oder die Familie. Sie lernen Tapes zum Einsatz bei Halswirbelsäulenschmerzen, Tennisellenbogen, Hexenschuss, Ischialgie und Knieschmerzen sowie Asthma, Allergien oder Verstopfung. Die Tapes können auch bei Beschwerden wie Regelschmerzen oder Dreimonatskoliken eingesetzt werden.
Da das Bekleben des eigenen Rückens u.ä. nicht möglich ist, wird empfohlen, sich zu zweit anzumelden. Bei bestehender Erkrankung halten Sie bitte Rücksprache mit Ihrem/Ihrer behandelnden Arzt/Ärztin.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 787165

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Jacek Skarbek
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 04.05.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 7 U-Std., 21,00 €,
Kleingruppe: 26,00 €; zzgl. 15,50 € für Tapes und ein Script.
Kursnummer: 23305001

Dorn-Breuß-Methode

Hilfe bei Problemen mit der Wirbelsäule
Vielleicht kennen Sie es: Wirbelsäulenprobleme, Schmerzen, die in die Beine ausstrahlen? Vielfach ist die Ursache dafür die Statik: Beinlängendifferenz, schiefes Becken oder krumme Wirbelsäule. Die Dorn-Methode ist eine sanfte Technik, mit deren Hilfe Wirbel und Gelenke durch einfache Bewegungen bzw. Selbsthilfe-Übungen an ihren richtigen Platz zurückfinden können. Diese Übungen sind leicht und überall möglich.
Da die meisten Übungen an dem eigenen Körper nicht durchzuführen sind, wird empfohlen, sich zu zweit anzumelden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 787165

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Jacek Skarbek
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 01.06.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 7 U-Std., 21,00 €,
Kleingruppe: 26,00 €; zzgl. 3,00 € Materialkosten
Kursnummer: 23305002

Shiatsu bei Kopfschmerzen und Migräne

Shiatsu ist eine Körperarbeit, basierend auf den Grundlagen der traditionellen chinesischen Medizin und japanischer Massage. Sie werden an diesem Abend einfache Übungen erlernen, mit denen Sie sich wirkungsvoll selbst behandeln können. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 939020

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Katrin Beha
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 15.06.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 9,00 €,
Kleingruppe: 14,00 €
Kursnummer: 04304002

Vortrag

Rheuma und Bewegung

Rheumatische Erkrankungen führen durch die damit verbundenen Schmerzen bei vielen Betroffenen zu einer Vermeidung von Bewegungen. Dieser Vortrag zeigt an Beispielen aus der physiotherapeutischen Praxis, wie rheumatische Schmerzsymptome mit gezielten Bewegungen positiv beeinflusst werden können.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2081

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Andrea Bäkefeld
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi., 06.03.13, 20:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12304012

Hände helfen heilen

In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten und dem Landfrauenverein Twistringen e.V.
Wir machen es jeden Tag - automatisch. Tut uns etwas weh, dann legen wir eine Hand auf die Stelle. Unser Körper weiß: Hände haben Heilwirkung! Das gilt nicht nur für wenige begnadete Menschen, alle Menschen haben heilende Hände. Diese Fähigkeit machen wir uns heute bewusst und lernen, sie effektiv einzusetzen beim Verarbeiten von Stress durch Dauerbelastung oder kleine und größere Schocks. Wir lernen, sowohl anderen mit unseren Händen Gutes zu tun, aber auch, uns selbst zu be“hand“eln.

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Horst Schneegaß
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.03.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 18,00 €,
Kleingruppe: 23,00 €, Scriptkosten 0,50 €.
Kursnummer: 24301000

Vortrag

Reiki - Lebensenergie für jedes Alter

Reiki ist ein japanisches Wort und heißt übersetzt „Universale Lebensenergie“. Dr. Mikao Usui entdeckte diese alte Heilmethode in der Mitte des letzten Jahrhunderts wieder und gab ihr diesen Namen. Um Reiki zu erlernen sind keine besonderen Fähigkeiten notwendig. Es wird durch das Auflegen der Hände weitergegeben und wirkt stressabbauend und harmonisierend. Reiki kann die Selbstheilungskräfte aktivieren und die Heilung unterstützen. Es wird die Geschichte von Reiki vorgestellt. Sie erhalten Informationen über die Anwendung und Wirkung sowie Grenzen von Reiki. Wir bitten um Anmeldung.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 535943

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Bahnhofsplatz
Martina Bruns
Do, 30.05.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12304018

Autogenes Training

Autogenes Training ist die von Prof. J. H. Schulz entwickelte Selbstentspannungsmethode, mit der unter Zuhilfenahme der eigenen Vorstellungskraft die körperliche und psychische Gesundheit gefördert werden kann. Regelmäßige Anwendung kann zu mehr Ruhe und Gelassenheit führen.
Zu den Kursen bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Unterlage, eine Decke, ein Kissen und Wollsocken.

Autogenes Training - Entspannung und Stressbewältigung

Das Autogene Training kann uns unterstützen eine neue innere Balance zu finden, die unsere Immunabwehr stärkt und sich stressbedingte Beschwerden wie Kopfschmerzen, Nacken- und Rückenprobleme, Schlafstörungen, Magenschmerzen und andere Symptome gar nicht erst verfestigen können.
Gleichzeitig werden weitere Methoden zur Entspannung eingebunden: Musik, leichter Duft, Erdungsübungen, Achtsamkeits- und Wachsamkeitsübungen.
Spez. Fragen z. Kurs: 05492 3264

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Maike Alberts
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 17:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 05301000

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Maike Alberts
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 17:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 05301001

Autogenes Training

Das Autogene Training ist ein Übungsverfahren, das die Einheit von Körper und Seele wiederherstellen hilft. Die Übungen dienen der körperlich-seelischen Entspannung sowie der Verbesserung von Konzentration. Lernen Sie außerdem, Stress in Ihrem Leben besser wahrzunehmen, Muster aufzudecken, wie Sie sich selber Stress machen und neue Strategien zu entwickeln, um entspannt zu sein.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 810214

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Uwe Kreth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 09:30 Uhr
6 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €,
Kleingruppe: 29,00 €
Kursnummer: 12301051

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Uwe Kreth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 25.04.13, 19:00 Uhr
9 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 12301027

Autogenes Training

Einführung in die sechs Grundübungen des Autogenen Trainings erlernen.
Die Teilnehmenden lernen ihre Vorstellungskraft zu stärken und mit verschiedensten Atemübungen den eigenen Atem zu intensivieren. Einfache Körperbewegungen aus dem Yoga begleiten das Autogene Training.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 892773

Bassum
Gerold Leschke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 25.02.13, 20:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 02301017

Bruchhausen-Vilsen, Kinderkrippe, Auf der Loge 18
Gerold Leschke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04301010

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Gerold Leschke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 28.02.13, 20:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 03301026

Qi Gong

Qi Gong ist eine sehr alte chinesische Form von Gesundheits- und Meditationübungen, die als Übungen mit der Lebensenergie und zur Stärkung der vitalen Lebenskraft – im Chinesischen als „Qi“ bezeichnet – verstanden werden können. Qi Gong ist eine Kombination von meist langsamen Bewegungen, bewusster Atemführung und geistiger Aufmerksamkeit mit dem Ziel eines harmonischen Energiegleichgewichts im Körper. Regelmäßiges Üben kann den Energiefluss und das Immunsystem stärken, die Atmung sowie das Nervensystem regulieren und zu mehr Entspannung und Wohlbefinden führen. Somit eignet sich Qi Gong zur Vorbeugung von Krankheiten als auch zur Unterstützung von Heilungskräften. Qi Gong ist leicht zu erlernen und für Jung und Alt geeignet.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Unterlage, eine Decke, ein Kissen, Wollsocken (rutschfest) und Getränke.

Bereits voll belegte Kurse (so genannte „geschlossene Folgekurse“) werden hier nicht mehr abgedruckt. Zu Ihrer Information sind sie jedoch auf unseren Internetseiten aufgeführt.

Qi Gong

Der Kurs ist fortlaufend konzipiert. Einstieg nach Absprache möglich.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 564093

Stuhr-Varrel, Gutshaus Varrel, Varreler Feld
Ingrid Götz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 16:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 21301006

Qi Gong

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04273 8415 (d.)

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Helmut Hesterberg
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 10.02.13, 10:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 22301009

Qi Gong

Spez. Fragen z. Kurs: 04244 96084

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Karin Perlitz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 25.01.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 03301010

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14, Gesundheitsraum
Karin Perlitz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 25.01.13, 16:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 02301011

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14, Gesundheitsraum
Karin Perlitz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 16:30 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 40,00 €,
Kleingruppe: 50,00 €
Kursnummer: 02301012

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Karin Perlitz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 18:30 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 03301012

Qi Gong

Sie lernen im Rahmen der „aktiven Gesundheitsvorsorge“ Selbstmassagetechniken und eine Abfolge „des „Gesundheitsschützenden Qi Gong“ kennen, um die Abwehrkräfte zu stärken und das Immunsystem zu stabilisieren.
Spez. Fragen z. Kurs: 04247 762

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Helga von Glahn
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 10:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 05301022

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Helga von Glahn
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04301003

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Helga von Glahn
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 19:45 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04301008

Qi Gong: Die 18 Bewegungen

Es werden „Die 18 Bewegungen“ unterrichtet, die im Osten und Westen gleichermaßen verbreitet sind. Sie können das Herz-Kreislauf-System fördern, Blockaden abbauen und den Energiefluss regulieren, Atmung und die inneren Organe beruhigen und die Aufmerksamkeit fördern. Wohltuend wirkt sich Qi-Gong auch auf das muskuläre Gleichgewicht aus, lindert Muskel- und Gelenkschmerzen und macht geistig und körperlich (wieder) beweglich.
Qi-Gong ist nicht leistungsorientiert und auch für Ältere hervorragend geeignet.
Spez. Fragen z. Kurs: 04246 696

Barnstorf, Heimat- und Kulturhaus
Gaby Rother
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 09:30 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 01301010

Barnstorf, Heimat- und Kulturhaus
Gaby Rother
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:30 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 01301011

Barnstorf, Heimat- und Kulturhaus
Gaby Rother
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 06.05.13, 09:30 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 01301009

Barnstorf, Heimat- und Kulturhaus
Gaby Rother
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 08.05.13, 19:30 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 01301012

Qi Gong - ein Schnuppertag

Qi Gong erschließt sich, indem man Qi Gong ausübt!
In diesem Schnupperkurs können sie einige der sanften Bewegungen des Qi Gongs kennen lernen, sowie kurz gefasst Grundlagen der Theorie und Praxis von Qi Gong erhalten.
Für Sie und Ihn jeden Alters.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 4077

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Silvia Lauer-Schulz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 10,00 €,
Kleingruppe: 15,00 €
Kursnummer: 23301010

Entspannt ins Wochenende mit Qi Gong

Das Gesundheit schützende Qi Gong und Übungen aus dem Lungen-Qi Gong
Sie erlernen und vertiefen die 8 sanften Übungen. Das Qi (Lebenskraft) wird gestärkt, die Atmung wird tief und die Gedanken kommen zu Ruhe. Mit Lockerungs- und Dehnübungen stimmen wir uns in jeder Übungsstunde auf Qi Gong ein. Mit einer Entspannungsreise beenden wir eine Kurseinheit. Die Übungen können teilweise auch im Sitzen durchgeführt werden und sind geeignet für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene, Mann und Frau, Jung und Alt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 4077

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Silvia Lauer-Schulz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 17:00 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 23301026

Das Muskel- und Knochen-Qi Gong

Die Übungen sind kräftigend und wirken zudem reinigend auf Leber und Galle. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 4077

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Silvia Lauer-Schulz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 20,00 €,
Kleingruppe: 25,00 €
Kursnummer: 23301028

Das Gesundheit schützende Qi Gong - Ein Einstieg

Zu Beginn jeder Kurseinheit werden leichte Lockerungs- und Qi Gong-Übungen im Stehen geübt. Nach und nach werden die 8 Übungen.der genannten Qi Gong-Form vermittelt, geübt und wiederholt. Die Atmung wird tiefer, die Muskulatur geschmeidiger, die Gedanken kommen zur Ruhe. Am Ende der Kurseinheit wird eine Entspannung im Sitzen oder Liegen angeboten. Für Sie und Ihn jeden Alters.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 4077

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Silvia Lauer-Schulz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 04.04.13, 9:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 12301013

Mit Qi Gong Achtsamkeit üben

Es werden Qi Gong-Übungen im Sitzen, Stehen, Gehen und Liegen angeboten, die die Grundideen von Achtsamkeit vermitteln. Die Übungen können in den Alltag eingebracht werden, fördern das Bewusstsein und wirken entstressend. „Achtsam sein bedeutet wach zu sein. Es bedeutet zu wissen, was man tut.“ Jon Kabat-Zinn. Für Sie und Ihn jeden Alters.

Spez. Fragen z. Kurs: 04242 4077

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Silvia Lauer-Schulz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 01.06.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 24,00 €,
Kleingruppe: 29,00 €
Kursnummer: 12301012

Das Herz-Qi Gong

Der Herzkreislauf wird harmonisiert und die Gedanken kommen zur Ruhe. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 4077

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Silvia Lauer-Schulz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 08.06.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 20,00 €,
Kleingruppe: 25,00 €
Kursnummer: 23301027

Qi Gong im Sitzen

für Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahre In Kooperation mit dem Seniorenservicebüro der Stadt Syke.
Mit speziell angepassten Qi Gong Übungen werden im Sitzen die Muskeln und Sehnen gedehnt und die Beweglichkeit verbessert. Damit verbundene sanfte Atemübungen bringen Entspannung und beruhigen die Gedanken. Das Qi (Lebenskraft) fließt harmonischer. Es kann auch im Rollstuhl geübt werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 4077

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Silvia Lauer-Schulz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 15:45 Uhr
9 U-Tage, 9 U-Std., 22,50 €,
Kleingruppe: 27,50 €
Kursnummer: 23301025

Taijiquan

Taijiquan (Tai Chi Chuan) ist ebenso wie Qi Gong eine traditionelle chinesische Methode, die als Synthese aus alten Kampfkünsten, Atemtherapie, Heilgymnastik und Meditation entstanden ist. Gemeinsam ist den beiden Übungsformen die meditative Grundhaltung. Taijiquan kann als Meditation in Bewegung angesehen werden. Weiche langsam ausgeführte Übungen im Einklang mit dem Atem und den natürlichen Bewegungsmöglichkeiten des Körpers bilden die Grundlage dieser gesundheitsfördernden Methode. Dies führt u. a. zu innerer Ruhe, Ausgeglichenheit, Steigerung der Konzentrationsfähigkeit und der Ausdauer.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Unterlage, eine Decke, ein Kissen, Wollsocken und Getränke.

Taijiquan

Der Kurs ist fortlaufend konzipiert. Einstieg nach Absprache möglich.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 564093

Stuhr-Varrel, Gutshaus Varrel, Varreler Feld
Ingrid Götz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 21301005

Taijiquan für Anfänger/-innen

Unterrichtet wird die Kurzform des Yang-Stils von Prof. Cheng Man-Ching.
Spez. Fragen z. Kurs: 05443 9980838

Lemförde, Familienzentrum, Bahnhofstr. 9
Harald Bick
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 21.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 14301005

Taijiquan für Fortgeschrittene

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 892773

Bassum
Gerold Leschke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 25.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 02301009

Taijiquan - Eine Einführung

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 892773

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Gerold Leschke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 26.02.13, 20:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 03301020

Taijiquan

Fortgeschrittene 1
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 892773

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Gerold Leschke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.03.13, 18:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 03301025

Taijiquan 2

Für Fortgeschrittene mit Kenntnis des 1. Teils der Kurzform nach Prof. Cheng Man-Ching.
Spez. Fragen z. Kurs: 05442 3892 ab 11:00 Uhr

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Insa Zwanck-Bründl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 20:15 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 05301016

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Insa Zwanck-Bründl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 20:15 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 22301005

Taijiquan und Qi Gong

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Spez. Fragen z. Kurs: 05442 3892 ab 11:00 Uhr

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Insa Zwanck-Bründl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 18:45 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 05301015

Taijiquan 1

Taijiquan und Qi Gong
Spez. Fragen z. Kurs: 05442 3892 ab 11:00 Uhr

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Insa Zwanck-Bründl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 21.02.13, 18:45 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 22301004

Yoga

Yoga ist ein aus Indien überliefertes Selbsterfahrungssystem, welches mit Körper-, Atem- und Konzentrationsübungen arbeitet. Stärkung des Wohlbefinden und Schulung des Körperbewusstseins stehen im Vordergrund. Diese Methode ist für alle Altersgruppen geeignet. Hatha - Yoga ist ein körperbezogener Übungsweg mit ganzheitlicher Wirkung. Eine Stärkung des Körpers und des Wohlbefindens wird durch die verschiedenen Übungen angestrebt.

Bereits voll belegte Kurse (so genannte „geschlossene Folgekurse“) werden hier nicht mehr abgedruckt. Zu Ihrer Information sind sie jedoch auf unseren Internetseiten aufgeführt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Unterlage, eine Decke, ein Kissen, Wollsocken und Getränke.

Yoga

Mindestens 2 Std. vor Unterrichtsbeginn nichts essen. Keine Veranstaltung in der Zeit vom 25.03. bis 06.04.2013.
Spez. Fragen z. Kurs: 05771 951069

Kirchdorf, Dorfgemeinschaftshaus
Marion Beneker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 17:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 11301001

Kirchdorf, Dorfgemeinschaftshaus
Marion Beneker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 06.05.13, 17:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 11301003

Lemförde, Bücherei, Hauptstraße 167
Marion Beneker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 16:30 Uhr
11 U-Tage, 22 U-Std., 55,00 €,
Kleingruppe: 65,00 €
Kursnummer: 14301003

Lemförde, Bücherei, Hauptstraße 167
Marion Beneker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 14301001

Lemförde, Bücherei, Hauptstraße 167
Marion Beneker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 17:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 14301002

Lemförde, Bücherei, Hauptstraße 167
Marion Beneker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 02.05.13, 19:30 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 14301006

Lemförde, Bücherei, Hauptstraße 167
Marion Beneker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 02.05.13, 17:30 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 14301007

Kirchdorf, Dorfgemeinschaftshaus
Marion Beneker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 06.05.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 11301002

Kirchdorf, Dorfgemeinschaftshaus
Marion Beneker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 11301004

Lemförde, Bücherei, Hauptstraße 167
Marion Beneker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 07.05.13, 16:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 14301008

Hatha-Yoga

Spez. Fragen z. Kurs: 04203 789396

Weyhe-Lahausen, Zentralsportanlage, Vereinsheim TSV Lahausen
Christa Dornieden-Schmidt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 20:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00
Kursnummer: 12301005

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Christa Dornieden-Schmidt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 23301009

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Christa Dornieden-Schmidt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 20:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 23301011

Weyhe-Lahausen, Zentralsportanlage, Vereinsheim TSV Lahausen
Christa Dornieden-Schmidt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 21.02.13, 18:45 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64 €
Kursnummer: 12301002

Hatha-Yoga

Spez. Fragen z. Kurs: 04242 5090651

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Jutta Fandrich
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.03.13, 16:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 72,00 €,
Kleingruppe: 82,00 €
Kursnummer: 12301019

Yoga - Springerkurs

Spez. Fragen z. Kurs: 04441 6250

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Renate Freke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 17:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 35,00 €
Kursnummer: 05301006

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Renate Freke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:10 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 35,00 €
Kursnummer: 05301007

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Renate Freke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 08:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 35,00 €
Kursnummer: 05301008

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Renate Freke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 10:15 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 35,00 €
Kursnummer: 05301009

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Renate Freke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 17:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 55,00 €
Kursnummer: 05301010

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Renate Freke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 19:10 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 55,00 €
Kursnummer: 05301011

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Renate Freke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 08:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 55,00 €
Kursnummer: 05301012

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Renate Freke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 10:15 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 55,00 €
Kursnummer: 05301013

Hatha Yoga

Spez. Fragen z. Kurs: 04273 8415 (d.)
Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Helmut Hesterberg
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:45 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 22301013

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Helmut Hesterberg
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 07.05.13, 18:45 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 22301012

Yoga

Yoga für Fortgeschrittene
Weyhe, Gesundbrunnen, Pestalozzistr. 1
Sylvia Huuk
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 20:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 12301007

Yoga 55 Plus

Mit Yoga jung bleiben
„Du bist so jung, wie Deine Wirbelsäule beweglich ist“. Yoga kennt kein Alter, man kann jederzeit damit beginnen, egal wie alt oder wie beweglich man ist. Yoga sorgt bei regelmäßigem Üben für die Gesunderhaltung des Körpers. Es vertreibt die Steifheit und die Trägheit aus dem Körper. Der gesamte Organismus wird gestärkt, die Widerstandskraft gegen Krankheiten erhöht und die Vitalität wird verbessert. Die weit verbreiteten Rückenprobleme können positiv beeinflusst werden.

Weyhe-Leeste, Alte Wache
Sylvia Huuk
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 10:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 12301006

Hatha-Yoga

Spez. Fragen z. Kurs: 04204 5032

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Susanna Kamp
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 10:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04301005

Asendorf, Lichtkreis, Heithüser Weg 22
Susanna Kamp
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 28.02.13, 19:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 72,00 €,
Kleingruppe: 82,00 €
Kursnummer: 04301025

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Susanna Kamp
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 05.06.13, 10:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 04301007

Asendorf, Lichtkreis, Heithüser Weg 22
Susanna Kamp
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 06.06.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04301026

Hatha-Yoga für Anfänger/-innen

Spez. Fragen z. Kurs: 04204 5032

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Susanna Kamp
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 17:45 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04301002

Spez. Fragen z. Kurs: 04204 5032
Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Susanna Kamp
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 05.06.13, 17:45 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 04301004

Hatha-Yoga für Frauen

für leicht Fortgeschrittene
Spez. Fragen z. Kurs: 04204 5032

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Susanna Kamp
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 19:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04301701

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Susanna Kamp
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 05.06.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 04301702

Hatha-Yoga

für Fortgeschrittene
Spez. Fragen z. Kurs: 04204 5032

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Susanna Kamp
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 26.02.13, 19:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04301021

Hatha-Yoga

für Fortgeschrittene
Spez. Fragen z. Kurs: 04204 5032

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Susanna Kamp
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 04.06.13, 19:30 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 04301022

Yoga 2

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Meike Lemkemeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:30 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 12301022

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Meike Lemkemeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 12301023

Yoga - sanft und ruhig

Auch für Ältere geeignet, die beweglich und fit bleiben oder es wieder werden wollen.

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Meike Lemkemeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 16:15 Uhr
6 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 12301057

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Meike Lemkemeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 16:15 Uhr
6 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 12301058

Yoga

Eine Einführung
Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Meike Lemkemeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 18:00 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 12301049

Yoga

Eine Einführung
Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Meike Lemkemeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 18:00 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 12301054

Yoga für Ältere

Eine Einführung
Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Meike Lemkemeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 22.02.13, 15:45 Uhr
9 U-Tage, 15 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 12301048

Hatha-Yoga 1

Spez. Fragen z. Kurs: 04271 1010

Wagenfeld, Schulzentrum, Musikraum, Branntweinsweg 13
Hans-Jürgen Levin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 26301002

Hatha-Yoga 2

Gezielte und intensive Yogaübungen werden ergänzt mit einer Schlussentspannung mit Elementen des „Autogenen Trainings“ bzw. der „Progressiven Muskelentspannung“.
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 1010

Wagenfeld, Schulzentrum, Musikraum, Branntweinsweg 13
Hans-Jürgen Levin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 20:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 26301001

Hatha-Yoga für Anfänger/-innen

Gezielte und intensive Yogaübungen werden ergänzt mit einer Schlussentspannung mit Elementen des „Autogenen Trainings“ bzw. der „Progressiven Muskelentspannung“.
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 1010

Wagenfeld, Schulzentrum, Musikraum, Branntweinsweg 13
Hans-Jürgen Levin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 16:30 Uhr
12 U-Tage, 16 U-Std., 40,00 €,
Kleingruppe: 50,00 €
Kursnummer: 26301004

Yoga 4

Spez. Fragen z. Kurs: 05445 1308

Drebber, Kindergarten, Am Kindergarten 1
Britta Martin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 24.04.13, 17:15 Uhr
9 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 01301004

Yoga 5

Spez. Fragen z. Kurs: 05445 1308

Drebber, Kindergarten, Am Kindergarten 1
Britta Martin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 24.04.13, 18:15 Uhr
9 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 01301005

Yoga 6

Spez. Fragen z. Kurs: 05445 1308
Drebber, Kindergarten, Am Kindergarten 1
Britta Martin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 22.04.13, 17:15 Uhr
9 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 01301006

Hatha-Yoga

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Gisela Panzer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:15 Uhr
11 U-Tage, 22 U-Std., 55,00 €,
Kleingruppe: 65,00 €
Kursnummer: 23301006

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Gisela Panzer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 08:45 Uhr
11 U-Tage, 22 U-Std., 55,00 €,
Kleingruppe: 65,00 €
Kursnummer: 23301004

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Gisela Panzer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 10:30 Uhr
11 U-Tage, 22 U-Std., 55,00 €,
Kleingruppe: 65,00 €
Kursnummer: 23301005

Yoga

Treffpunkt: 19:50 Uhr am Nebeneingang (s. VHS-Schild)
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 2772716

Stuhr-Moordeich, Lise-Meitner-Schule, Raum B 1.2
Silke Rehpenn
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 20:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 21301001

Yoga

Fortgeschrittene
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 2772716
Stuhr-Moordeich, Lise-Meitner-Schule, Danziger Str. 5
Silke Rehpenn
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:15 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 21301004

Yoga

Fortgeschrittene
Für Teilnehmende, die schon mit dem Yoga vertraut sind. Klassische Asanas werden ergänzt durch Atem- und Entspannungsübungen. Ein Einstieg ist nach Rücksprache möglich.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 2772716

Stuhr, Ev. Gemeindehaus, Stuhrer Landstr. 142
Silke Rehpenn
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 09:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 70,00 €
Kursnummer: 21301002

Hatha-Yoga

Spez. Fragen z. Kurs: 04243 2069

Bassum, Wassermühle, Stift 8
Sabin Schelzke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.03.13, 11:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 82,00 €
Kursnummer: 02301007

Hatha-Yoga

Spez. Fragen z. Kurs: 04241 3578

Bassum, Bremer Str. 65
Gertrud Stolle
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:00 Uhr
11 U-Tage, 28 U-Std., 70,00 €,
Kleingruppe: 80,00 €
Kursnummer: 02301001

Bassum, Bremer Str. 65
Gertrud Stolle
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 17:45 Uhr
11 U-Tage, 28 U-Std., 70,00 €,
Kleingruppe: 80,00 €
Kursnummer: 02301002

Bassum, Bremer Str. 65
Gertrud Stolle
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:45 Uhr
11 U-Tage, 28 U-Std., 70,00 €,
Kleingruppe: 80,00 €
Kursnummer: 02301004

Bassum, Bremer Str. 65
Gertrud Stolle
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 09:00 Uhr
11 U-Tage, 28 U-Std., 70,00 €,
Kleingruppe: 80,00 €
Kursnummer: 02301003

Hatha Yoga

Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2985

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Barbara Strobel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 08:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 40,00 €
Kursnummer: 05301018

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Barbara Strobel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 18:00 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., 25,00 €,
Kleingruppe: 30,00 €
Kursnummer: 24301001

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Barbara Strobel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 8:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 05301019

Hatha Yoga für junge und junggebliebene Frauen

Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2985
Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Barbara Strobel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 40,00 €
Kursnummer: 05301701

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Barbara Strobel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 18:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 40,00 €,
Kleingruppe: 50,00 €
Kursnummer: 05301702

Hatha Yoga mit dem Stuhl für Menschen mit Bewegungseinschränkungen

Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2985
Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Barbara Strobel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 09:30 Uhr
4 U-Tage, 4 U-Std., 15,00 €
Kursnummer: 05301023

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Barbara Strobel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 10.04.13, 09:30 Uhr
8 U-Tage, 8 U-Std., 25,00 €
Kursnummer: 05301024

Yoga

Spez. Fragen z. Kurs: 05774 1095

Ströhen, Grundschule
Rosel Thiermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 18:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €, zzgl.Raumnutzung.
Kursnummer: 26301009

Ströhen, Grundschule,Turnhalle
Rosel Thiermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 09:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €, zzgl. Raumnutzung.
Kursnummer: 26301010

Ströhen, Grundschule
Rosel Thiermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 19:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €, zzgl. Raumnutzung.
Kursnummer: 26301008

Hatha-Yoga

Spez. Fragen z. Kurs: 04242 80914
Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Sabine Wahl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 09:30 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 75,00 €,
Kleingruppe: 85,00 €
Kursnummer: 03301002

Hatha-Yoga - eine Einführung

Durch leichte und einfache Bewegungsübungen die Beweglichkeit erhalten und erweitern, Verspannungen auflösen und Rücken- und Gelenkbeschwerden erleichtern. Mit dem Erlernen einer verbesserten Atmung und damit kombinierten Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen wird die Konzentrationsfähigkeit sowie das gesamte Wohlbefinden gesteigert.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 80914

Weyhe-Lahausen, Zentralsportanlage, Vereinsheim TSV Lahausen
Sabine Wahl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 10:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 12301018

Yoga

in Kooperation mit TSV Weyhe-Lahausen
Spez. Fragen z. Kurs: 04251 3616

Weyhe-Lahausen, Zentralsportanlage, Vereinsheim TSV Lahausen
Gudrun Wriske
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:00 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 43,20 €,
Kleingruppe: 53,20 €
Kursnummer: 12301008

Weyhe-Lahausen, Zentralsportanlage, Vereinsheim TSV Lahausen
Gudrun Wriske
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 18:00 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 48,60 €,
Kleingruppe: 58,60 €
Kursnummer: 12301009

Hatha-Yoga im Kloster

Schweigeseminar

Bremen, Birgitten Kloster
Y5304W8
Sabine Brauckmann
172,00 € einschl. 102,00 € für Unterbringung im DZ/Du/WC/VP; EZ-Zuschlag: 20,00 €; (Gebührenänderungen vorbehalten) keine Ermäßigung möglich.
Fr., 26.04. bis So., 28.04.2013, 25 U-Std.
Anmeldeschluss: 25.02.2013

Hatha-Yoga und Entspannung in Bad Zwischenahn

Bad Zwischenahn
Y5306W8
Sabine Brauckmann
150,70 € einschl. 81,00 € für Unterbringung in gemütlichen Doppelzimmern mit Dusche und WC und Vollpension, Einzelzimmerzuschlag: + 5,00 €; (Gebührenänderungen vorbehalten) keine Ermäßigung möglich.
Sa., 04.05.2013 bis So., 05.05.2013, 17 UStd.
Anmeldeschluss: 04.03.2013

In Zusammenarbeit mit der KVHS Verden

Informationen und Anmeldung:
Kreisvolkshochschule Verden
Artilleriestr. 8, 27283 Verden (Aller)
Tel. 04231 15-119, -140; Fax 04231 15-170
kreisvolkshochschule@landkreis-verden.de
www.kvhs-verden.de
Mit der Anmeldung sind die Teilnahmebedingungen der KVHS Verden anerkannt.

Wochenendseminar

Hatha-Yoga im Kloster

Schweigeseminar
Die inneren Kräfte stärken und versuchen, die Einheit von Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen durch sanfte Bewegung, Entspannung, Schweigen und Meditation; die/den innere/n Beobachter/in werden sowie die innere Unruhe und den Alltag loslassen, sind Ziele dieses Wochenendes. Das Seminar findet im Schweigen statt, Einzelgespräche werden am Nachmittag und am Abend angeboten. Das Programm ist gleichermaßen geeignet für Anfänger/-innen und Teilnehmer/-innen mit Yoga-Erfahrung.
Das Birgittenkloster liegt im Bremer Schnoorviertel, 5 Gehminuten von Dom und Weser entfernt. Die Altstadt von Bremen liegt vor der Haustür.
Das Seminar endet am Sonntag nach dem gemeinsamen Mittagessen.
Schriftliche Anmeldung erforderlich bis 10.01.2013.

Bremen, Birgittenkloster
Sabine Brauckmann
Anmeldung bis 20.01.2013
Sa, 02.03.13, 09:00 Uhr
2 U-Tage, 21 U-Std., 120,00 €, inkl. Ü/V im DZ, Übernachtung im Einzelzimmer 130,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 12301020

Wochenendseminar - Vorankündigung

Hatha-Yoga auf Sylt

je nach Wetterlage direkt am Meer oder im Seminarhaus in den Dünen
Klappholttal, die Akademie am Meer, liegt zwischen Kampen und List am Rand des Nordsylter Naturschutzgebietes, unmittelbar hinter dem Weststrand der Insel inmitten der einmaligen Dünenlandschaft. Die Unterbringung erfolgt in einfachen, behaglich eingerichteten, rauchfreien Doppel- oder Einzelbetthäusern, die mit fließendem Wasser, Heizung und Telefon, nur teilweise mit WC und Dusche ausgestattet sind. Eingeschlossene Leistungen: 3 Übernachtungen im DZ mit Vollpension, Kurtaxe und Kursentgelt. Nicht eingeschlossen sind u. a. An- und Abreise, Versicherungen (z. B. Reiserücktrittsversicherung), ggfs. Parkplatzgebühr (1,50 €/Tag), Getränke. Weitere Übernachtungen können auf Anfrage direkt bei der Akademie am Meer e. V. hinzugebucht werden: Tel. 04651 955-0, E-Mail: info@akademie-am-meer.de . Mit der Anmeldung sind die Teilnahmebedingungen des Veranstalters anerkannt.

List (Sylt), Akademie am Meer
Ulrike Hansen
Anmeldung bis 05.08.2013
Do, 19.09.13, 17:00 Uhr
4 U-Tage, 29 U-Std., 310,00 €, Einzelzimmerzuschlag 27,00 €; Gebührenänderungen vorbehalten.
Kursnummer: 00301010

Yoga für Mutter oder Vater und Kind 18 - 36 Monate

Erwachsene: 24 €, Kinder: 12 €
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 970788

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14, Gesundheitsraum
Kerstin Carstens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 26.02.13, 16:15 Uhr
4 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €
Kursnummer: 02301019

Yoga und Bewegungsspiele für Mutter und Kind (18 - 36 Mon.)

24,00 € Erwachsene/12,00 € Kinder
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 970788

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Kerstin Carstens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 07.06.13, 15:30 Uhr
4 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €,
Kleingruppe: 29,00 €
Kursnummer: 04301018

Lachyoga- ein Schnupperkurs

Der Volksmund sagt: Lachen ist die beste Medizin. Da es aber oft wenig zu lachen gibt, praktizieren wir beim Lachyoga absichtliches, simuliertes Lachen, welches nach einiger Zeit in ein echtes Lachen ohne Grund wird. Dazu kommen Klatsch-, Dehn-, und Atemübungen. Es sind leichte, für jede/-n anwendbare Übungen, die in der Gruppe großen Spaß machen können.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 894757

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule
Holger Tessmer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 26.02.13, 19:30 Uhr
3 U-Tage, 4 U-Std., 10,00 €,
Kleingruppe: 15,00 €
Kursnummer: 12301016

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule
Holger Tessmer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 19:30 Uhr
6 U-Tage, 8 U-Std., 20,00 €,
Kleingruppe: 25,00 €
Kursnummer: 12301021

Junge VHS

Mehr zur Veranstaltungsreihe Junge VHS siehe Seite 69.

Yoga mit Spaß für Kinder von 8 - 14 Jahre

Hier lernt ihr einfache Yoga- und Entspannungsübungen. Durch Yoga werdet ihr beweglich und findet innere Ruhe. Kinder mögen Yoga, denn die Übungen kommen ihrer Lust an Bewegung und Ausdruck entgegen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 970788

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14, Gesundheitsraum
Kerstin Carstens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 15:30 Uhr
5 U-Tage, 8 U-Std., 10,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 02301016

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Kerstin Carstens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 15:30 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 20,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04301019

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Kerstin Carstens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 15:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 15,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04301017

Wege zur Entspannung und zum Wohlfühlen

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Unterlage, eine Decke, ein Kissen, Wollsocken und Getränke.

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Eine Anleitung zur Selbsthilfe
Lernen Sie auf einfache und effektive Weise eine Tiefenentspannung Ihrer Muskulatur herbeizuführen. Dieses kann durch den Wechsel von der bewussten Anspannung einzelner Muskelgruppen und deren anschließender Entspannung erreicht werden. Schon nach wenigen Übungseinheiten ist man in der Lage, Verspannungen bewusster wahrzunehmen und damit auch zu lösen. Gleichzeitig entwickelt sich die Konzentrationsfähigkeit und der Geist kommt zur Ruhe. Das innere Gleichgewicht wird wieder hergestellt.

Spez. Fragen z. Kurs: 04252 9099988

Bruchhausen-Vilsen - Waldorfschule
Sonja Kurowski
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 20:00 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 04301011

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Sonja Kurowski
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 19:30 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 22301001

Spez. Fragen z. Kurs: 04203 788810
Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Irene Brecklinghaus
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:00 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 03301006

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Irene Brecklinghaus
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 13.04.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 40,00 €
Kursnummer: 12301029

Spez. Fragen z. Kurs: 04203 810214
Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Uwe Kreth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 19:00 Uhr
9 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 12301028

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Uwe Kreth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 25.04.13, 10:45 Uhr
9 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 12301050

Findet nicht in den Osterferien statt.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 7948299

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14, Gesundheitsraum
Erika Plaumann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 28.02.13, 20:00 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 02301020

Mit Ruhe und Gelassenheit

Entspannungstraining
Die erlernten Verfahren, Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Yoga und Atementspannung, Meditationsformen werden miteinander kombiniert. Die Wirksamkeit der verschiedenen Entspannungsverfahren ist nachhaltig, d. h. es wird quasi durch regelmäßiges Üben ein Ruhepolster angelegt, auf das der Körper in Stresssituationen zugreifen kann. Dadurch verringert sich die Stressempfänglichkeit und der Alltag mit all seinen Anforderungen kann besser bewältigt werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 8884

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Britta Reinhardt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.03.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 05301002

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Britta Reinhardt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.03.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 05301003

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Britta Reinhardt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 11.06.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 05301004

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Britta Reinhardt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 13.06.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 05301005

Tagesseminar

Entspannungstechniken - Schnuppertag

Dieser Tageskurs führt theoretisch und praktisch in die Entspannungstechniken „Progressive Muskelentspannung“ und „Autogenes Training“ ein. Eine Entscheidungshilfe für die sich anschließenden Kurse.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 810214

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Uwe Kreth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 02.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,00 €,
Kleingruppe: 17,00 €
Kursnummer: 12301052

Tagesseminar

Stressbewältigung und Entspannung durch Release Exercises (TRE)

Viele Menschen sind in ihrem Leben schon einmal mit Situationen konfrontiert worden, die die normalen Bewältigungsmechanismen überforderten oder ausser Kraft setzten.
Unverarbeiteten Situationen können sich in Form von Muskelverspannungen im Körper manifestieren und lange, ohne mit dem eigentlichen Ereignis in Verbindung gebracht zu werden, bemerkbar machen und auf den ganzen Menschen wirken.
In diesem Seminar geht es nicht darum, das Geschehene ungeschehen zu machen, sondern den dadurch entstandenen Stress und die Verspannung abzubauen und dem Körper, der nach Selbstheilung strebt, die Möglichkeit zu geben, sich selbst zu regulieren.
Die von David Berceli entwickelte TRE - Übungsserie bietet den Teilnehmenden die Möglichkeit durch sieben spezielle Körperübungen alte Verspannungsmuster aufzulösen.
Für die Übungen werden keine besonderen körperlichen Voraussetzungen benötigt.
Die Übungen sind als Hilfe zur Selbsthilfe gedacht.
Spez. Fragen z. Kurs: 04255 9989997

Martfeld, Kleinenborstel 70, Seminarraum
Dagmar Fuchs
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.03.13, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,00 €,
Kleingruppe: 17,00 €
Kursnummer: 04301012

Vortrag

Mehr Energie und Gesundheit durch neue Wege: Psychosomatische Energetik

Viele Menschen fühlen sich heutzutage erschöpft, haben Schlaf- oder Konzentrationsstörungen, manche haben Ängste, sind infektanfällig oder haben chronische Erkrankungen. Andere jedoch möchten Gesundheitsvorsorge betreiben oder ihre persönliche Entwicklung voranbringen. Psychosomatische Energetik® ist ein eigenständiges alternativmedizinisches Verfahren zur Messung des menschlichen Energiefeldes (Reba-Testgerät®) und beruht auf der Annahme, dass Körper (Soma), Psyche und feinstoffliche Energie harmonisch zusammenarbeiten müssen, damit Gesundheit möglich wird. Ziel ist die Steigerung der Lebensenergie und Selbstheilungskräfte. Die Behandlungsmethode sowie ihre Chancen werden in diesem Vortrag mit anschließender Fragestunde erläutert.

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Birgitt Zillmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23304008

Bewegung und Entspannung

in Kooperation mit dem Behindertenwohnheim
Durch Körper- und Entspannungsübungen, Phantasiereisen wird das Wohlbefinden gesteigert. 14-täglich in Absprache.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2212

Weyhe-Lahausen, Behindertenwohnheim, Schlehenkamp
Elke Nickel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Nach Absprache, 17:00 Uhr
9 U-Tage, 12 U-Std., 30,00 €
Kursnummer: 12301010

Tagesseminar, Frauen

Beste Freundinnen Tag - Ein Tag mal richtig relaxen

Raus aus dem Kopf und rein in den Körper! Genießen Sie mit Ihrer besten Freundin einen ganzen Tag voller Entspannung und Wohlbefinden... Sie nehmen sich eine Auszeit vom Alltag und lassen sich ein auf die unterschiedlichen Arten körperlicher und geistiger Bewegung, die ein ganz neues Körpergefühl vermitteln. Neben Salsa Aerobic, Bodystyling mit Pilates, Stretch und Relax mit Yoga Elementen, stehen einfache Entspannungsübungen, Energieflussübungen, Fantasiereisen, eine intuitive Rückenmassage mit Aromaölen auf dem Programm.
Bitte Tagesproviant mitbringen.
Massageliegen sind vorhanden.

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Andrea Barth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 07.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 28,00 €,
Kleingruppe: 33,00 €
Kursnummer: 03302703

Tagesseminar, Frauen

Yoga, Pilates & Entspannung - Zeit für mich

Die Arbeitswoche ist vorbei - das Wochenende steht vor der Tür: Zeit um seinem Körper, Geist und Seele Gutes zu tun .
Das Beste aus Yoga & Pilates kombiniert, ergibt ein erstaunlich wirkungsvolles Body Workout, das zugleich Geist und Körper in Einklang bringt. Sanft fließende Pilatesübungen verschmelzen mit kraftvollen, meditativen Yogaübungen und straffen, kräftigen und entspannen. Der Kurs soll helfen, einmal inne zu halten und Kräftigungs- und Entspannungsmethoden kennen zu lernen, die sich ohne großen Zeitauswand in den Alltag integrieren lassen.
Bitte Tagesproviant mitbringen.

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Andrea Barth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 28.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 7 U-Std., 24,50 €,
Kleingruppe: 29,50 €
Kursnummer: 03302704

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Unterlage, eine Decke, ein Kissen, Wollsocken und Getränke.

Frauen

Meditation - was ist das und was bringt es mir?

In unserer hektischen, schnelllebigen und vor allem lauten Zeit wird das Bedürfnis nach Stille und Entspannung immer stärker. In einer Welt, die hauptsächlich am Außen orientiert ist, wird der Ruf nach Innerlichkeit dringlicher. Wir spüren intuitiv, dass wir in den Ausgleich gehen müssen, um gesund zu bleiben. Doch wenn wir dann endlich zur Ruhe kommen, stellen wir oft enttäuscht fest, dass es gar nicht so einfach ist, abzuschalten, denn das Gedankenkarussel dreht sich weiter.
Der Kurs stellt unterschiedliche einfache Methoden der Meditation vor und zeigt Möglichkeiten auf, „innere Störenfriede“ auszuschalten, sodass jeder den für die passenden Zugang zur Stille finden kann.
Der Kurs findet 14-täglich statt

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Helke Hoff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 18:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 23301701

Für Männer und Frauen
Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Helke Hoff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 24,00 €,
Kleingruppe: 29,00 €
Kursnummer: 23301017

Wohlbefinden durch Klangschalen und Gongs - Klänge erleben und genießen

Entspannung und Stressbewältigung durch die wohltuende Wirkung der Klänge und Schwingungen von Klangschalen und Gongs erfahren. Ein wenig Abstand vom Alltagsstress gewinnen, zur Ruhe kommen, sich selbst erleben, in Einklang kommen. Kennenlernen der Peter-Hess Klangmassage zur Entspannung und Gesundheitsförderung. Zum Einstimmen auf das Wochenende einen klangvollen Nachmittag erleben. Bitte Getränk/Snack mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04240 952030

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Martina Böttcher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 12301047

Klangmeditation

Ein Klangerlebnis der besonderen Art: Unterschiedlich klingende Klangschalen werden behutsam angeschlagen. So entsteht ein „Klangraum“, ein harmonisches Klangspiel. Die Töne berühren Körper, Geist und Seele, führen zu tiefer Entspannung und bringen unser Innerstes zum Schwingen. Ein Abend zum Loslassen, eine wunderbare Einstimmung auf das Wochenende.
Spez. Fragen z. Kurs: 04240 932626

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Brigitte Schöler
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 9,00 €,
Kleingruppe: 14,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04301014

Hawaiianisches Fliegen - Entspannung durch Bewegung

Hawaianisches Fliegen ist eine Schulung von Koordination, Körperwahrnehmung und Rhythmusgefühl. Dadurch kommt es zur Entspannung sowie auch zur Verbesserung der körperlichen Leitungsfähigkeit. Im Tanz mit Hingabe zur hawaianischen Musik führen fließende Bewegung zum Abschalten vom Alltag.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2081

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Andrea Bäkefeld
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 03.04.13, 18:30 Uhr
4 U-Tage, 6 U-Std., 18,00 €,
Kleingruppe: 23,00 €
Kursnummer: 12301045

Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung

Die Teilnehmenden können ihre Wahrnehmung für den eigenen Körper, für die eigene Bewegung steigern. Niemand muss etwas nachmachen, sondern jede/-r erforscht seine ganz eigenen Möglichkeiten mit dem Instrument Bewegung in einem vorgegebenen Rahmen. Man erspürt seine ureigenen Gewohnheiten und gewinnt neue Möglichkeiten hinzu.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2081

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Andrea Bäkefeld
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 30.04.13, 18:00 Uhr
8 U-Tage, 11 U-Std., 33,00 €,
Kleingruppe: 38,00 €
Kursnummer: 12302007

Feldenkrais-Workshop - Aufstehen leicht gemacht

Vom Liegen zum Stehen kommen ohne Anstrengung? Die Beweglichkeit des Körpers kann in jedem Alter verbessert werden. Mit gezielten kleinen Übungen können die Teilnehmenden ihre Wahrnehmung für den eigenen Körper, für die eigene Bewegung steigern. Niemand muss etwas nachmachen, sondern jede/-r erforscht seine ganz eigenen Möglichkeiten mit dem Instrument Bewegung in einem vorgegebenen Rahmen. Man erspürt seine ureigenen Gewohnheiten und gewinnt neue Möglichkeiten für den Alltag hinzu.
Sa. von 10 - 14.00 Uhr; So. von 11.00 - 14.00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2081

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Andrea Bäkefeld
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.04.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 9 U-Std., 27,00 €,
Kleingruppe: 32,00 €
Kursnummer: 12302009

Feldenkrais

Die Möglichkeiten seines Körpers kennen zu lernen über Bewegungserfahrungen sein Potential zu erweitern und immer mehr zu verfeinern - dazu dienen in der Feldenkrais-methode leichte Bewegungsfolgen, die eine tiefere Bewusstheit für den eigenen Körper vermitteln können. Die Feldenkrais-Methode ist für alle Altersgruppen geeignet.
Spez. Fragen z. Kurs: 05446 2280

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Ulrike Stephani
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 17:30 Uhr
6 U-Tage, 8 U-Std., 20,00 €,
Kleingruppe: 25,00 €
Kursnummer: 05302023

Tagesseminar

Stressbewältigung mit der Feldenkrais-Methode

Jeder Mensch entwickelt sein individuelles Bewegungs- und Verhaltensmuster. Körperhaltung - Bewegung - Atmung haben großen Einfluss auf unser Denken - Fühlen - Handeln.
Feldenkrais kann Sie auf neue Wege aus dem Schmerz in die Balance führen. Angenehme, mit Bewusstsein und kleinen Variationen ausgeführte Bewegungen liefern dem Nervensystem neue Informationen. Dies führt zu Fitness auf besondere Art. „Risiken und Nebenwirkungen“: Entspannung, Bewegungsfreiheit, Schmerzlinderung. „Mögliche Spätfolgen“: erhöhte Aufmerksamkeit für das eigene Tun und Handeln! Bitte Verpflegung und Getränk mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04276 1220

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Gabriele Golze
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 13.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 25,00 €
Kursnummer: 04302007

Bewegung und Fitness

Bitte mitbringen: bequeme bzw. Sport-Kleidung, Wollsocken/Turnschuhe, eine Unterlage, eine Decke, ein Kissen und Getränke.

Bereits voll belegte Kurse (so genannte „geschlossene Folgekurse“) werden hier nicht mehr abgedruckt. Zu Ihrer Information sind sie jedoch auf unseren Internetseiten aufgeführt.

Pilates

Pilates ist eine sanfte Körperarbeit, trainiert die tief liegende Muskulatur und verhilft zu einem ganzheilichen Körperbewusstsein. Die Konzentration auf die fließenden Bewegungsabläufe entspannt den Geist. Unabhängig von Lebensalter und körperlicher Fitness verleiht Pilates eine aufrechte Haltung sowie einen straffen und beweglichen Körper.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 838738

für Neulinge und leicht Fortgeschrittene
Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Waltraud Arends
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 20:15 Uhr
8 U-Tage, 11 U-Std., 33,00 €,
Kleingruppe: 38,00 €
Kursnummer: 23301016

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14, Gesundheitsraum
Waltraud Arends
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 16:30 Uhr
7 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 02301013

für leicht Fortgeschrittene
Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Waltraud Arends
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 17:00 Uhr
8 U-Tage, 11 U-Std., 33,00 €,
Kleingruppe: 38,00 €
Kursnummer: 23301015

für leicht Fortgeschrittene bis Mittelstufe
Nicht am 02.05. und 09.05.2013.
Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14, Gesundheitsraum
Waltraud Arends
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 17:40 Uhr
7 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 02301014

Ganzkörpertraining mit Elementen von Pilates

für Anfänger/-innen
Sanftes Training zur Straffung und zur Geschmeidigkeit der Muskeln.
Auch mit Hilfe von Kleingeräten und Therabändern wird die tiefe Bauchmuskulatur und die Rückenmuskulatur gestärkt und geformt. Mit Hilfe von Pilates-Elementen wird die Haltung verbessert. Stretching und Entspannungstechniken sorgen für den Energieausgleich. Auch für Anfänger/-innen geeignet.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 437927

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Swetlana Nikolai
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 10:00 Uhr
6 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €,
Kleingruppe: 29,00 €
Kursnummer: 12302018

Weyhe-Lahausen, Zentralsportanlage, Vereinsheim TSV Lahausen
Swetlana Nikolai
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:30 Uhr
17 U-Tage, 22 U-Std., 70,40 €,
Kleingruppe: 80,40 €
Kursnummer: 12302016

Weyhe-Lahausen, Zentralsportanlage, Vereinsheim TSV Lahausen
Swetlana Nikolai
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:30 Uhr
17 U-Tage, 22 U-Std., 70,40 €,
Kleingruppe: 80,40 €
Kursnummer: 12302017

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Swetlana Nikolai
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 09.04.03, 10:00 Uhr
9 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 12302019

Bildungsurlaube

Fit im Beruf - Rücken stärken mit Pilates

Ein starker Rücken braucht Stabilität, Beweglichkeit und Entspannung. Durch Fehlbelastungen am Arbeitsplatz, Bewegungsmangel u. a. nehmen Rückenprobleme zu. Dieser Bildungsurlaub vermittelt Ihnen Kenntnisse und Fähigkeiten den Rücken zu stärken. Wir trainieren den Rücken vorbeugend so, dass er sich in alle Richtungen funktionell und frei bewegen kann. Mit den theoretischen Kenntnissen von Pilates und der funktionellen Wirbelsäulengymnastik werden Sie in praxisgestützten Lerneinheiten mit Muskelaufbauübungen vertraut gemacht. Die Pilates-Methode fördert das Körperbewusstsein im Berufs- und Lebensalltag und stärkt gleichzeitig die Muskulatur. Sie werden Grundlagen zur Förderung einer gesunden Haltung, Entspannungs- und Wahrnehmungsübungen zum Stressabbau, gezielte Übungen zur Wahrnehmung des Körpers wie des Rückens und der Wirbelsäule, bei den Bewegungsanforderungen des Berufsalltags kennen lernen.
Bitte Tagesproviant und Schreibmaterial mitbringen.

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Andrea Barth
Anmeldung bis 25.10.2013
Mo, 02.12. - Fr, 06.12.13; Mo + Fr 9:00 - 12:00 Uhr; Di, Mi + Do 9:00 - 15:30 Uhr
120,00 € zzgl. 2,50 € Skript
Kursnummer: T00302004

Rückhalt - Gesundheit in Beruf und Alltag

Schmerzen im Rücken sind ein Alarmzeichen unserer Gesundheit und signalisieren, aktiv werden zu müssen. Eine Woche in idyllischer Atmosphäre, fernab von Büro- und Alltagsstress, vermittelt Ihnen dieses Seminar Kenntnisse und Fähigkeiten, die Rückenmuskulatur zu stärken und das Wohlbefinden zu erhöhen. Sie erwerben darüber hinaus Verständnis für die Zusammenhänge von Arbeits- und Umweltbelastungen, Lebenssituation und gesunder Lebensführung. Wahrnehmungsübungen, funktionelle Gymnastik, richtiges Stehen, Sitzen, Liegen und Bücken werden im Focus des „Rückhalts“ stehen. Nehmen Sie sich eine Woche Zeit für Ihr ganz persönliches Wohlbefinden und stärken Sie damit Ihre Vitalität am Arbeitsplatz.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 702570

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Birgit Heike
Anmeldung bis 19.04.2013
Mo, 27.05. - Fr, 31.05.13, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 41 U-Std., 280,00 €, (einschl. Mittag und Kaffee/Tee). Mit Ü/V 340,00 (EZ-Zuschlag: 44,00 €)
Kursnummer: 00302002

Gesund durch Bewegung, Entspannung und Ernährung - auch im Beruf

Berufstätige mit überwiegend sitzender Tätigkeit leiden oft unter Bewegungsmangel. Hier werden ganzheitliche Bewegungsmethoden zum Ausgleich der sitzenden Tätigkeit vorgestellt:
Herz - Kreislauftraining durch Walking u. Nordic Walking sowie Kräftigung der Rückenmuskulatur durch die Pilates Methode. Entspannung , Mobilisationstechniken und Elemente aus der Körperarbeit stärken das Wohlbefinden. Informationen und Gespräche behandeln die Zusammenhänge von Arbeits-, Umweltbelastungen, Lebenssituation und Gesundheit. Weitere Themen sind: Ergonomie am Arbeitsplatz sowie Tipps zur Ernährung. Der Bildungsurlaub mit Theorie- und Praxisanteilen behandelt die möglichen Ursachen von Herz-Kreislauf-Problemen und Möglichkeiten, diesen im Alltag entgegenzuwirken. Das bedeutet: mehr Energie, höhere Leistungsfähigkeit, mehr Wohlbefinden.

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Andrea Barth
Anmeldung bis 03.05.2013
Mo, 10.06. - Fr, 14.06.13; Mo + Fr 9:00 - 12:00 Uhr; Di, Mi + Do 9:00 - 15:30 Uhr
120,00 € zzgl. 2,50 € Skript
Kursnummer: 00302005

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Andrea Barth
Anmeldung bis 12.08.13
Mo, 16.09. - Fr, 20.09.13; Mo + Fr 9:00 - 12:00 Uhr; Di, Mi + Do 9:00 - 15:30 Uhr
120,00 € zzgl. 2,50 € Skript
Kursnummer: T00302005

Bewusst durch Bewegung - Feldenkrais für Gesundheit in Beruf und Alltag

„Beweglicher werden heißt lebendiger werden“ - Moshe Feldenkrais.
Durch einseitige Belastungen, falschen Gebrauch, Stress und Hektik ermüden die Muskeln. Sie verlieren ihre natürliche Beweglichkeit. Verspannungen, Schmerzen oder Müdigkeit können die Folge sein. Die Teilnehmenden lernen theoretische Grundlagen und praktische auf alltägliche Situationen anwendbare Übungen kennen. Dadurch werden positive Veränderungen an sich selbst schneller erlebt und gespürt. Sie werden sich bewusst über den gewohnten Gebrauch ihres Körpers, über verspannte Muskulatur, schmerzhafte Körperbereiche, kraftraubende Haltung und/oder flache Atmung. Feldenkrais-Lektionen organisieren die Muskeln neu, sie spielen besser zusammen. Der Bildungsurlaub richtet sich an alle, die ihre Lebensqualität verbessern möchten. Feldenkrais-Lektionen sind Bewegungsanweisungen, die leicht und fließend ausgeführt werden, ohne Anstrengung. Während des Bildungsurlaubs lernen die Teilnehmenden, wie sie konzentriert, aber nicht überanstrengt den Arbeitsalltag bewältigen können. Ziel dieses Bildungsurlaubs ist es, mit der Feldenkrais-Methode die Gesundheit am Arbeitsplatz zu erhalten. Spez. Fragen z. Kurs: 04202 639744

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Manus Terbeek
Anmeldung bis 11.10.2013
Mo,18.11. - Fr, 22.11.2013
353,00 €, (Ü/VP). EZ-Zuschlag: 44,00 €.
Kursnummer: T00302001

Beweglich und fit für den Berufsalltag - Rücken, Gelenke und Muskeln kräftigen und entspannen

Ein Türscharnier kann geölt werden. Was können Sie vorbeugend gegen den Verschleiß Ihrer Gelenke tun, ohne in tägliches Übungsprogramm absolvieren zu müssen? Sie erwartet ein Cocktail aus Informationen über das Wesen Ihrer Gelenke und aus Wahrnehmungs-, Dehn- und Kräftigungsübungen in Verbindung mit Entspannungsübungen. Diese werden Sie in die Lage versetzen, eigenständig Lösungsmöglichkeiten zu finden, um den beruflichen Anforderungen sowie den Einflüssen des Alltags auf den Körper zu begegnen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 702570

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
Birgit Heike
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 04.11. - Fr, 08.11.2013, 09:00 Uhr
280,00 €, (einschl. Mittag und Kaffee/Tee). Mit Ü/V 340,00 (EZ-Zuschlag: 44,00 €)
Kursnummer: T00302006

Fitnesskurse in Kooperation mit der Apotheklen-Umschau

Ich beweg mich - Rückenfit

Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule
Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die Gelenk schonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung. Sie lernen viele nützliche Tricks kennen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Wirbelsäule zu Hause und am Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl.
Gut für - alle, die ihrem Rücken etwas Gutes tun möchten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 954953

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Dörthe Meyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,00 €,
Kleingruppe: 17,00 €
Kursnummer: 04302013

Spez. Fragen z. Kurs: 04203 4861
Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Rosemarie Ipse
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 16:30 Uhr
6 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €,
Kleingruppe: 29,00 €
Kursnummer: 12302024

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Rosemarie Ipse
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 10.04.13, 16:30 Uhr
6 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €,
Kleingruppe: 29,00 €
Kursnummer: 12302025

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Kerstin Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 16.04.13, 9:30 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 23302007

Ich beweg mich - Pilates

Das sanfte Training bringt schnelle Erfolge
Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken, die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse“ genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt. Die Übungen sind sehr effektiv und zeigen rasch Erfolge. Wie intensiv das Training ist, können Sie individuell variieren.
Gut für – alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen. Keine Vorkenntnisse nötig! In jedem Alter geeignet!
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 838738

Syke
Waltraud Arends
Termine auf Anfrage
Kursnummer: 23302019

Ich beweg mich - Fit im Alltag

Neue Energie tanken und Muskeln aufbauen
Die einfachen Übungen kräftigen den ganzen Körper, bringen den Kreislauf in Schwung und stärken die Kondition. Nebenbei sorgen sanfte Entspannungstechniken für mehr Balance und ein neues Körpergefühl im Alltag. Werden Sie gemeinsam mit anderen aktiv! Dieser Kurs bringt Sie nicht nur ins Schwitzen, sondern verbessert auch Ihre Körperwahrnehmung.
Gut für - alle, die ihre Gesundheit stärken und fit werden möchten. Ideal auch für Einsteiger.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 9385955

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Doris Bartels
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 17:45 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04302014

Ich beweg' mich!
Apotheken Umschau
Eine gemeinsame Aktion der Apotheken Umschau und Ihrer vhs
Machen Sie mit, denn nichts ist gesünder als regelmäßige körperliche Bewegung.
Ich beweg' mich!
Die vhs-Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene:
Fit im Alltag
Pilates
Rücken fit
So bringen Sie mehr Schwung in Ihr Leben – jeder Schritt zählt.
Wie motiviert sind Sie? Testen Sie Ihre guten Vorsätze und profitieren Sie von unseren Experten-Tipps:
www.apotheken-umschau.de/ich-beweg-mich
Melden Sie sich jetzt bei Ihrer vhs an.
Mit der Apotheken Umschau und Ihrer Volkshochschule fit und gesund durch das ganze Jahr.
vhs
Apotheken Umschau

Info und Anmeldung: 04242 976-4444 - soweit nichts anderes ausgewiesen

In Balance - Training rund um den Rücken

Rückenfitness
Wer intensiv trainieren möchte kann in diesem Kurs den Rücken stärken und Problemzonen wie Bauch, Beine und Po angehen. Durch den Einsatz von Geräten wie Gymnastikband, Hanteln oder Fitness-Ball wollen wir zusätzlich Kraft und Ausdauer verbessern.
Gezielte Übungen für den Nacken sind ebenso Teil des Kurses wie Dehnübungen und Entspannungstechniken.
Spez. Fragen z. Kurs: 04240 9613253

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Kerstin Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 21.02.13, 19:30 Uhr
12 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 23302006

In Balance - Training rund um den Rücken

Wirbelsäulengymnastik
Durch gezielte kräftigende Übungen soll die Körpermitte gestärkt und der Rücken entlastet werden. Problembereiche wie Schultern und Nacken werden hierbei ebenso angesprochen wie der Bauch und Rücken. Beweglichkeit, Entspannung und Körperwahrnehmung werden verbessert und nebenbei wird eine rückengerechte Haltung eingeübt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04240 9613253

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Kerstin Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 21.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 23302008

Präventive Wirbelsäulengymnastik

Rückenbeschwerden, die vielfältige Ursachen haben und zurzeit zu den am häufigsten genannten körperlichen Beschwerden zählen, sollen in diesem Kursus durch zielgerichtete Übungen beseitigt werden. Diese dienen dem Abbau von Haltungsschwächen und Muskelverspannungen. Es erfolgt eine Schulung im wirbelsäulengerechten Alltagsverhalten und in funktioneller Gymnastik.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 1551

Asendorf, Grundschule
Anke Schwedler
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 07:30 Uhr
9 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 04302003

Wirbelsäulengymnastik

Durch gezielte Übungen sollen die Muskel- und Gelenkfunktion verbessert und die Beweglichkeit erhalten werden. Muskulären Verspannungen wird vorgebeugt. Es wird über Möglichkeiten zur schonenden Körperbelastung im Alltag informiert. Abgerundet wird das Programm durch eine Entspannung. Die Übungsauswahl richtet sich nach der Belastungsfähigkeit der Gruppe.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 4861

Weyhe-Leeste, KGS, Flur
Rosemarie Ipse
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 19:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 72,00 €,
Kleingruppe: 82,00 €
Kursnummer: 12302004

Yoga für den Rücken

Ausgehend von Übungen für den Beckenboden und der neuromuskulären Rückenaufkräftigung werden auch Yogaübungen erlernt, die gezielt zur Haltungswahrnehmung, Dehnung, Kräftigung und Entspannung des Rückens beitragen. Kurze Aufwärmung mit Musik und entspannende Massagen runden das Programm ab. Anmeldung nur nach tel. Rücksprache mit der Dozentin.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 80914

Stuhr-Moordeich, Lise-Meitner-Schule, Filmraum/Keller
Sabine Wahl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 18:15 Uhr
15 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 21302004

Fortgeschrittene
Stuhr-Moordeich, Lise-Meitner-Schule, Filmraum/Keller
Sabine Wahl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:30 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 75,00 €,
Kleingruppe: 85,00 €
Kursnummer: 21302006

Schnuppertag: Beckenbodentraining für Frauen

Für viele Frauen ist ihr Beckenboden ein eher unbekanntes Körpergebiet.
Doch wussten Sie, dass der Beckenboden mitverantwortlich ist für Ihr Körpergefühl, Ihre Haltung, Ihre Figur und somit für Ihr inneres und äußeres Erscheinungsbild?
Bei vielen Frauen - und auch schon bei jungen - ist der Beckenboden zu schwach. Häufig kommt es zur Senkung der Blase/Gebärmutter. So ist Inkontinenz - unfreiwilliger Harn- oder Stuhlverlust - eines der Hauptsymptome eines kraftlosen Beckenbodens. Erfahren Sie den Körper als aktive Mitte Ihres Körpers.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 934433

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Annette Schmalz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.03.13, 17:15 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,00 €,
Kleingruppe: 17,00 €
Kursnummer: 04302701

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Annette Schmalz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.03.13, 14:30 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 17,50 €,
Kleingruppe: 22,50 €, inkl. Pausengetränk
Kursnummer: 03302705

Aktiv gedehnt und rückenfit

Durch gezieltes, aktives Kräftigen und Dehnen der Muskulatur des gesamten Bewegungsapparates sollen die individuelle Beweglichkeit und Stabilität verbessert werden. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Stärkung der Bauch-, Rücken- und Gesäßmuskulatur sowie der Lösung von Verspannungen. Jede Kurseinheit beginnt mit einem leichten Ausdauertraining und wird abgerundet durch einen Entspannungsteil.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2953

Drebber, Kindergarten,
Am Kindergarten 1
Heidrun Busch
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:00 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 01302010

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Unterlage, eine Decke, ein Kissen, Wollsocken und Getränke.

Dehn-Aktiv für mehr Beweglichkeit

Eine Fitnessmischung aus haltender und dynamisch überwindender Muskelarbeit unter Einsatz und konsequentem Gebrauch des Beckenbodens. Das gelenkschonende Intensivbewegungsprogramm für eine gesunde Körperhaltung und gute Figur dehnt und kräftigt die Tiefenmuskulatur, lockert Blockaden, löst Verspannungen und beugt Haltungsschäden vor.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2953

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Heidrun Busch
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 18:30 Uhr
9 U-Tage, 15 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 05302010

Muskulaturaufbau mit dem Thera-Band

Durch das Training mit dem Thera-Band wird die gesamte Skelettmuskulatur gestärkt. Außerdem bringen wir mit Aufwärmgymnastik den Kreislauf in Schwung. Besonders die Kräftigung der gesamten Rücken-, Hals- und Schultermuskulatur steht im Vordergrund. Durch spezielle Übungen mit dem Thera-Band können auch Problemzonen abgebaut werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 05442 80912

Barnstorf, Kindergarten Villa Kunterbunt, Heinestr. 25
Monika Helmerking
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 13 U-Std., 39,00 €,
Kleingruppe: 49,00 €
Kursnummer: 01302008

Barnstorf, Kindergarten Villa Kunterbunt, Heinestr. 25
Monika Helmerking
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 03.04.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 13 U-Std., 39,00 €,
Kleingruppe: 49,00 €
Kursnummer: 01302009

Beweglich sein - ein Leben lang

Eine Reise zu wohliger Beweglichkeit bei Bewegungsschmerz, Verspannungen und Dauerspannung. Vergessene Muskeln werden wieder entdeckt und intelligent aufgebaut. Die Übungen zur Erhaltung der sensomotorischen Kontrolle werden langsam, behutsam und mit äußerster Bewusstheit ausgeführt. Achtsamkeit, Beweglichkeit, Lebensqualität und Lebensfreude nehmen zu.
Das Programm ist in in 3 aufeinanderfolgende abgestufte Schritte aufgebaut: Sensibilität und Muskelkontrolle in der Mitte des Körpers, seinem Schwerpunkt / Arme, Beine und Nacken / Atmung und Gehen.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2953

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Heidrun Busch
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 20:00 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 05302011

Drebber, Kindergarten, Am Kindergarten 1
Heidrun Busch
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 17:15 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 01302011

Bewegung ein Leben lang

Gesundheitstag für Ältere - in Kooperation mit dem Seniorensevicebüro, Sportvereinen, LSB, NTB und Krankenkassen
Infos siehe Seite 154.

Syke, Grundschule, Am Lindhof
Sa, 02.03.13, 13:00 - 17:00 Uhr
Kursnummer: 23302018

Mehr Geld für Demenzkranke!

Wie kann man in Syke im Alter Wohnen?

Informationen siehe Seite154.

Beweglich bleiben

Übungen auf dem Stuhl, Spiel und Tanz. Ein vielseitiges Angebot für unsere älteren Mitbürger und Mitbürgerinnen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 890128

Stuhr-Brinkum, Schule, Pausenhalle
Antje Wohlfromm
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 15:45 Uhr
6 U-Tage, 6 U-Std., 18,00 €,
Kleingruppe: 23,00 €
Kursnummer: 03302603

Stuhr-Brinkum, Schule, Pausenhalle
Antje Wohlfromm
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 03.04.13, 15:45 Uhr
11 U-Tage, 11 U-Std., 33,00 €,
Kleingruppe: 38,00 €
Kursnummer: 03302604

vhs: fit und beweglich ...
Die Gesundheitskurse der VHS machen Spaß, schenken Erfolgserlebnisse und bringen Sie mit gleichgesinnten Menschen zusammen.
vhs
die volkshochschulen

Info und Anmeldung: 04242 976-4444 - soweit nichts anderes ausgewiesen

Beweglich bleiben - Stuhlgymnastik

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Maike von Ahsen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 16:30 Uhr
5 U-Tage, 5 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 12302026

Rund um Fit

Körperliche und geistige Fitness ist in unserem Alltag unverzichtbar. Ein Sprichwort besagt: „Nur in einem gesunden Körper wohnt auch ein gesunder Geist.“ Es wird mit Spaß gezielt an der Verbesserung der Ausdauer, der Kraft, der Beweglichkeit und der Koordination gearbeitet, um den Körper gesund und fit zu halten. In den Trainingseinheiten kommen u. a. Therabänder, Hanteln, Redondo-Bälle und Flexi-Bar zum Einsatz. Bitte etwas zu Trinken mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 954953

Sulingen
Dörthe Meyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €,
Kursnummer: 22302002

Frauen und Mädchen

Gesund und fit

Vielseitige Bewegung für den Nacken-, Rücken- und Beckenboden sowie Atem-, Entspannungs- und Dehnübungen nach Wünschen der Gruppe sorgen für einen gesunden Ausgleich und bringen Muskeln und Gelenke in Schwung. Verschiedene Spiele sorgen für altersgemäße Anspannung und Entspannung.
Spez. Fragen z. Kurs: 05444 1300

Ströhen, Grundschule,Turnhalle
Doris Kuhn
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 26302701

Gesund und Fit

Rückhalt und Fitness
Effektive Übungen mit fetziger Musik aus dem Core- und Pilates-Training sowie der neuromuskulären Rückenschule zur Verbesserung von Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer. Trainingseinheiten mit Therabändern und Bällen zur Stärkung der tiefliegenden Bauchmuskeln, der Rücken- und Beckenbodenmuskulatur. Herz-Kreislauftraining sowie Dehnungs- und Entspannungsübungen und kurze Massagen für Schulter und Nacken. Für Anfänger/-innen geeignet. Bei gutem Wetter mit Nordic Walking.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 80914

Weyhe-Leeste, KGS/Orientierungsstufe, Aula
Sabine Wahl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:15 Uhr
15 U-Tage, 25 U-Std., 75,00 €,
Kleingruppe: 85,00 €
Kursnummer: 12302020

Stretching - Schnupperkurs

Stretching ermöglicht dem Körper ein hohes Maß an Flexibilität zu erreichen, um wieder geschmeidig durch den Alltag zu gleiten. Es ist ein gutes Training für den täglichen Gebrauch und strafft den Körper. Die Übungen führen zur Entspannung und inneren Ruhe.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2081

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.1, Bahnhofsplatz
Andrea Bäkefeld
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 19:15 Uhr
4 U-Tage, 6 U-Std., 18,00 €,
Kleingruppe: 23,00 €
Kursnummer: 12301046

Bodystyling

in Kooperation mit der Bibliothek
Durch ein Mix aus Kraft-, Dehn- und Fitnessübungen wird der ganze Körper geformt und beansprucht. Drei Elemente verbinden sich hier: der aerobische Teil mit modernen Tanz-Elementen zu temperamentvoller Musik, das Tiefenmuskulaturtraining zur intensiven Straffung von Bauch, Beinen, Armen und Po sowie abschließende Entspannungsübungen.
Spez. Fragen z. Kurs: 05442 3262

Barnstorf, Bibliothek, Am Markt 4
Petra Knorrn
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 18:00 Uhr
10 U-Tage, 13 U-Std., 39,00 €,
Kleingruppe: 49,00 €
Kursnummer: 01302012

Barnstorf, Bibliothek, Am Markt 4
Petra Knorrn
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 13 U-Std., 39,00 €,
Kleingruppe: 49,00 €
Kursnummer: 01302013

Aerobic

Durch Kraft- und Dehnübungen sollen Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Gewandtheit verbessert werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 950928

Kirchdorf, Schule, Turnhalle
Susanne Weber
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:00 Uhr
16 U-Tage, 16 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 11302001

Step-Aerobic

Ein intensives Herz-Kreislauf-Training mit dem „Step“ wird ergänzt durch gezieltes Training der Problemzonen. Es werden somit nicht nur die großen Muskelgruppen (Beine und Po), sondern auch die Bauchmuskulatur trainiert und gekräftigt. „Step“ wird gestellt, daher ist die Teilnahmezahl begrenzt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 9569165

Sulingen, Grundschule, Gymnastikraum
Gaby Maschmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:30 Uhr
14 U-Tage, 14 U-Std., 49,00 €,
Kleingruppe: 59,00 €
Kursnummer: 22302001

Wochenendseminar

Einführung in die Methode Heigl

Die Methode Heigl ist ein ganzheitliches Training durch Bewegung und Entspannung an schönen Orten in der Natur, somit an der frischen Luft und auf gewachsenem Boden. „Heigln“ ist körperliche Betätigung ohne verkrampften Ehrgeiz. Die leicht wiederholbaren Übungen sind für Menschen jeden Alters geeignet ist. Der Treffpunkt ist am Parkplatz am Nabu-Zentrum in der Böttcherei. Die Termine (10 - 11 Uhr) am Samstag und Sonntag können auf Wunsch geändert werden.

Weyhe-Leeste, NABU-Zentrum, Böttcherei 115
Elke Thieme
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 4 U-Std., 12,00 €,
Kleingruppe: 17,00 €
Kursnummer: 12302023

In Bewegung kommen - Generation 60 plus

Vielleicht fragen Sie sich, ob Sie zu alt oder zu steif sind? Sie verspüren aber doch Lust, sich wieder mehr zu bewegen - zusammen mit Gleichgesinnten. Sie werden hier das

Gefühl bekommen, den eigenen Körper wieder mehr wahrnehmen zu wollen.
Sie werden erfahren, dass Sie fitter und beweglicher werden und auch bleiben. Jede Kurseinheit beginnt mit einem Aufbauprogramm nach Musik. Es schließt ein abwechslungsreiches Kräftigungsprogramm für den gesamten Körper an, welches dem Fitnesszustand der Gruppe angepasst ist. Abgerundet wird die Einheit durch Dehnen aller geforderten Muskeln und einer Entspannung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 911533

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Heike Ehlers
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 10:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 72,00 €,
Kleingruppe: 82,00 €
Kursnummer: 04302601

In Bewegung kommen auf dem neuen Trimm-Dich-Pfad

für Anfänger/-innen
Viele nehmen sich immer wieder vor, regelmäßig Sport zu treiben, fitter zu werden. Der nächste Schritt ist der schwerste: Diesen Vorsatz in die Tat umzusetzen. Direkt vor Ort auf dem Trimm-Dich-Pfad im Vilser Holz. Frische Luft, weicher Boden und 20 Stationen mit vielen neuen Gymnastikvorschlägen warten auf Sie. Langsam und mit Spaß werden Sie an das Trainieren auf diesem Pfad herangeführt. Dehnübungen vorher und nachher gehören zum Programm.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 911533

Bruchhausen-Vilsen,
Kurpark (Parkplatz)
Heike Ehlers
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 10.04.13, 18:30 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 04302009

Nordic-Walking

Für Anfänger/-innen und für Aktive, die ihre Kenntnisse auffrischen möchten.
U-Tage: 03.04., 10.04., 17.04., 24.04.12

Rehden, Sporthalle Waldsportstätten, Dickeler Straße 1
Thorsten Spiller
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 03.04.13, 18:00 Uhr
4 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €
Kursnummer: 15302014

Nordic Walking

Kompaktseminar mit Theorie und Praxis
Die Nordic-ALFA-Technik beinhaltet 4 Bewegungsmerkmale: Aufrechte Körperhaltung, langes Armpendeln, flacher Stockeinsatz, angepasste Schrittlänge.
Kursinhalt: Grundlagen des Herz-Kreislauf-Trainings, Erlernen der Nordic Walking ALFA-Technik, Trainingssteuerung und -gestaltung, Mobilisation und Aufwärmen, Dehnübungen, Fehlerkorrektur, Informationen über die Ausrüstung.
Skript: 3,00 €. Die Stöcke bitte mitbringen. Stöcke können auch gegen eine Gebühr von 2,00 € ausgeliehen werden.

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Andrea Barth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 05.04.13, 17:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 23302014

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Andrea Barth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 17.05.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,00 €,
Kleingruppe: 17,00 €
Kursnummer: 03302002

Nordic Walking

für Anfänger/-innen
Nordic-Walking trainiert die Muskulatur und das Herz-Kreislaufsystem. An frischer Luft kann der Kopf abschalten. Ein Kurs zum Erlernen der Technik.
Bitte Stöcke mitbringen.
Treffpunkt ist die Kreuzung Kabelstraße/In den Fuhren in Weyhe - Sudweyhe.

Weyhe-Sudweyhe
Jutta Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 16:30 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 12302013

Körpererfahrung und Bewegung

Wochenendseminar

Selbstverteidigung für jeden - Einführung

Ein praktischer Grundkurs in Selbstverteidigung für alle Frauen und Männer, die sich in Notsituationen selbst verteidigen möchten, aber nicht wissen wie! Nach einer kurzen Einführung in die Verteidigungsgrundhaltung lernen wir uns richtig in der Selbstverteidigung zu bewegen. Danach üben wir Box-, Tritt-, Fege- und Hebetechniken. Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen, wie z. B. mit Regenschirm, Kugelschreiber, Handy, Schlüsselbund, Zeitung ... sind auch Inhalt dieses Kurses. Er richtet sich an alle Altersgruppen. Sportlichkeit ist keine Teilnahmevoraussetzung.
Unterrichtstage: Sa., 10:00 - 15:00 Uhr, So., 10:00 - 13:15 Uhr. Bitte auch Verpflegung mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 7083055

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Bernd Gollub
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 35,00 €,
Kleingruppe: 40,00 €
Kursnummer: 03300002

Frauen

Wendo - Stark und selbstbewusst im Alltag

In schwierigen Situationen die eigene Würde verteidigen
Jede Frau kann lernen, durch Stärkung des Selbstbewusstseins, durch Einsatz der Stimme, durch einfache und effektive Körpertechniken und Tricks, sich in verschiedenen unangenehmen und bedrohlichen Situationen zu wehren und zu schützen.
Lernen Sie Ihre eigenen Stärken kennen, diese einzusetzen und neue Verhaltensmöglichkeiten zu entdecken.
Jede Frau ist herzlich willkommen, egal, ob schüchtern, laut, unsportlich, sportlich, mit Einschränkungen, rund, dünn ....
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 5979533

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Sigrid Neumann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 01.01.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 13 U-Std., 39,00 €,
Kleingruppe: 49,00 €
Kursnummer: 23302706

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Unterlage, eine Decke, ein Kissen, Wollsocken und Getränke.

Selbstverteidigung

Ein praktischer Grundkurs in Selbstverteidigung für alle Schüler/-innen/Jugendliche, die sich in Notsituationen selbst verteidigen möchten, aber nicht wissen wie! Nach einer kurzen Einführung in die Verteidigungsgrundhaltung lernen wir uns richtig in der Selbstverteidigung zu bewegen. Danach üben wir Box-, Tritt-, Fege- und Hebetechniken. Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen, wie z. B. mit Regenschirm, Kugelschreiber, Handy, Schlüsselbund, Zeitung ... sind auch Inhalt dieses Kurses. Sportlichkeit ist keine Teilnahmevoraussetzung.
Bitte Verpflegung mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 7083055

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Bernd Gollub
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 13.04.13, 10 - 15:00 Uhr
So, 14.04.13, 10 - 13:15 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 35,00 €, Kleingruppe: 40,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 03300001

Selbstverteidigung für Mädchen ab 10 Jahren

in Kooperation mit der Jugendpflege Twistringen
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 602324

Twistringen, Jugendhaus, Lindenstr. 39 (Seiteneingang)
Rosi Köske
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 17:00 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 6,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24302701

Wendo für Mädchen (8 - 12 J.)

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen
Selbstverteidigung beginnt im Kopf - darum Wendo.
Du lernst: Wie stark Du bist und wie viel Kraft in Dir steckt. Dich zu behaupten, wenn Dich jemand gegen Deinen Willen anfasst oder Dich mit Worten und Blicken verletzt. Deine Stimme und Deinen Willen einzusetzen. Dich zu schützen, wenn Du angegriffen wirst. Dass Du das Recht hast Nein zu sagen, Deinem Gefühl zu vertrauen, Dir Hilfe zu holen. Und vieles mehr. Mitmachen kann jede, egal ob groß oder klein, dünn oder dick, sportlich oder nicht, leise oder laut, schüchtern oder mutig .... jede ist willkommen.
Wendo ermutigt, stärkt, macht selbstbewusst und ist nicht schwer zu lernen.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk.
Keine Ermäßigung möglich;
Spez. Fragen z. Kurs: 04241/690512

Bruchh.-Vilsen, Schulzentrum, Auf der Loge 5, kl. Turnhalle
Sabine Müller
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 15:30 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 20,00 €
Kursnummer: 04300701

Karate als Körpererfahrung

In diesem Kurs wollen wir unseren Körper und seine Möglichkeiten mit Hilfe der alten japanischen Kampfkunst Karate-Do (Der Weg der leeren Hand) besser kennen lernen. Wir werden einen Einblick in das weite Spektrum der unterschiedlichen Karatetechniken und Übungsformen bekommen und ganz nebenbei auch unsere Stärke, Kondition und Beweglichkeit verbessern. Im Vordergrund steht dabei der Spaß an den Bewegungen und Übungen. Willkommen sind Erwachsene jeder Altersstufe.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 3764203 (AB)

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Klaus von Salzen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 20:00 Uhr
3 U-Tage, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 23302009

Danse Vita

Lebensfreude durch Tanz
Tanzend - mal lebhaft und schwungvoll, mal gefühlvoll und meditativ - erwecken wir unsere Kreativität, spüren unsere innere und äußere Beweglichkeit und verleihen unseren Fähigkeiten, Träumen, Wünschen, Wahrnehmungen und nicht zuletzt der eigenen Lebensfreude Ausdruck. Wie selbstverständlich integrieren wir diese Erfahrungen in unseren Alltag und fühlen uns hier positiv gestärkt. Danse Vita unterstützt diesen Prozess durch Einsetzen von freiem Tanz und Übungen nach Musik aller Stilrichtungen und verschiedener Kulturkreise. Für alle mit Freude an Musik, Tanz, Bewegung und Begegnung.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 803352

Weyhe-Leeste, Alte Wache
Gertrud Vogt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 10:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 12302012

Afrikanischer Tanz für Frauen

Lebendigkeit, Rhythmus, Energie und viel Freude am gemeinsamen Tanzen sind kennzeichnend für den Afrikanischen Tanz. In Afrika stehen Tanz und Alltag in enger wechselseitiger Beziehung. Im afrikanischen Tanz spiegeln sich Bilder aus dem Leben wieder. So entsteht ein lebendiges Miteinander und die im Tanz erlebte Freude wirkt im alltäglichen Leben nach. Auch für Europäerinnen ist es möglich, sich auf afrikanischen Tanz einzulassen, positive Energie zu tanken, die Musik zu genießen und die eigene Kraft zu spüren. Grundelemente westafrikanischer Tänze sind die Basis für diesen Kurs. Ausdauer, Beweglichkeit, Koordinationsfähigkeit und Kräftigung des gesamten Körpers werden dabei spielerisch trainiert. Für alle, die Spass an Bewegung und afrikanischer Musik haben.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 73153

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Petra Siekermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 19:30 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 12302702

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Petra Siekermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 18:00 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 12302704

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Petra Siekermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 18:00 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 12302798

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Gesundheitsraum, Bahnhofsplatz
Petra Siekermann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 19:30 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 12302799

ZUMBA - Fitness

Wollen Sie sich fit und schlank tanzen? Genau das ist das Zumba® -Programm. Ein mitreißendes Workout, das die Welt im Sturm erobert hat. Dieses unglaubliche, vom Tanz inspirierte, Kalorien verbrennende, Muskel formende Ganzkörper-Training fühlt sich nicht nach einem anstrengenden Workout an, weil es so viel Spaß macht!
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8094750

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 19:45 Uhr
13 U-Tage, 17 U-Std., 51,00 €,
Kleingruppe: 61,00 €
Kursnummer: 03302003

ZUMBA - Gold

Zumba Gold wurde speziell für aktive ältere Menschen entwickelt und ist für Fitness Anfänger und Tanzeinsteiger geeignet. Es ermöglicht einen langsamen Fitnessaufbau z. B. nach Verletzungen. Zumba macht viel Spaß und wirkt sich dabei positiv auf Körper und Geist aus.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8094750

Stuhr-Seckenhausen, Bildungsstätte, Hauptstr. 48
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 10:45 Uhr
15 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 03302004

Fit durch Line Dance

Line Dance wird unabhängig von der Geschlechtszugehörigkeit zu Musik in Reihen und Linien vor- und nebeneinander getanzt. Die Teilnehmenden trainieren dabei den gesamten Körper, verbessern ihre Beweglichkeit, Koordination und Kondition.
Für alle geeignet, die Spaß an Musik und Bewegung haben.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 2189

Weyhe-Leeste, KGS/Orientierungsstufe, Aula
Irene Liborius
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 19:00 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 12302021

Weyhe-Leeste, KGS/Orientierungsstufe, Aula
Irene Liborius
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 15.05.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 12302022

Schnupperkurs für Anfänger/-innen
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 894895
Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Manuela Kleinecke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 16:30 Uhr
4 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €,
Kleingruppe: 29,00 €
Kursnummer: 03302001

Line Dance - Fitness für Körper und Geist

Beim Line Dance werden Tänze passend, vorwiegend zu Country-Musik, choreographiert und in Reihen getanzt. Dabei steht der Spaß an der Bewegung und der Musik im Vordergrund. Gleichzeitig werden Kondition und Koordination gefördert. Es wird kein Partner benötigt, daher ist diese Tanzart auch bestens für Singles geeignet. Bitte mitbringen: geeignetes Schuhwerk (keine Pfennigabsätze, da Parkettboden).
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 800937

Asendorf-Graue, Steimkes Landhotel, Hannoversche Str. 45
Marion Schüttler
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €
Kursnummer: 04302012

Orientalischer Tanz - für Frauen

Der orientalische Tanz - ein wunderschöner, weiblicher Tanz, eingebettet in die Tradition und Kultur des Orients - eignet sich Frauen jeden Alters und jeder Figur. Freude am Tanz zu orientalischer Musik sollten Sie mitbringen. Die Gelenkigkeit und Geschmeidigkeit besonders auch der Wirbelsäule und damit die Haltung sowie die Kondition werden gefördert; Verspannungen können gelöst und neue Energien freigesetzt werden.
Bitte bringen Sie für alle folgenden Veranstaltungen bequeme Kleidung (Leggings), ein großes Tuch für die Hüften, dicke Socken oder Gymnastikschuhe, sowie eine Wolldecke/Unterlage und ein Getränk mit.

Orientalischer Tanz

Anfängerinnen sind willkommen
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 3277

Weyhe-Leeste, Förderschule Leester Heide, Gartenstr. 6
Ulrike Röpe-Mordhorst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 72,00 €,
Kleingruppe: 82,00 €
Kursnummer: 12302701

Orientalischer Tanz für Mütter und Töchter (4 - 12 J.)

Workshop in den Osterferien
Kinder zahlen 6 €;
Zweiter Termin ist am Mittwoch, 20.03., von 16 - 17:30 Uhr;
Spez. Fragen z. Kurs: 05022 1643

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Christa Sander
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.03.13, 16:00 Uhr
2 U-Tage, 4 U-Std., 12,00 €,
Kleingruppe: 17,00 €
Kursnummer: 04302016

Oriental-Workout

Tanzkreis für Anfängerinnen
Beim „Oriental Workout“ lassen Frauen den Alltag hinter sich und tanzen sich fit. Und das ohne Tanzpartner! Mal zu schwungvoller, mal zu sinnlicher Musik folgen sie dem Rhythmus mit harmonischen Hüftschwüngen, anmutigen Handwellen oder kraftvollem Schulter- und Hüftschütteln. Für Tanzbegeisterte und alle, die ihre Muskeln im Bereich von Becken, Bauch und Rücken stärken möchten. Vorausgesetzt wird nur die Freude an der Bewegung zu orientalischer und moderner indischer Musik. Deshalb werden sich auch Frauen ohne Vorkenntnisse in diesem Kurs wohlfühlen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0175 7170469

Syke-Heiligenfelde, Gemeindehaus der evang. Kirche
Lydia Neumann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 19:30 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 23302705

Oriental-Workout

Tanzkreis für Fortgeschrittene, Anfängerinnen und Wiedereinsteigerinnen
Spez. Fragen z. Kurs: 0175 7170469

Syke, Berufsbildende Schulen, Mehrzweckhalle (MZH)
Lydia Neumann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:30 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 23302704

Wassergymnastik

Im Wasser geht vieles leichter. Die Kraft des Wassers kann die Gymnastik unterstützen. Die Gelenke werden geschont und Verspannungen können gelockert werden. - Bereits voll belegte Kurse (so genannte „geschlossene Folgekurse“) werden hier nicht mehr abgedruckt. Zu Ihrer Information sind sie jedoch auf unseren Internetseiten aufgeführt.

Bitte bringen Sie ins Hallenbad in Syke-Barrien eine Badekappe mit.

Wassergymnastik

Spez. Fragen z. Kurs: 04272 1827

Borstel, Hallenbad
Sabine Waldera
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.02.13, 13:45 Uhr
8 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €, Kleingruppe: 34,00 €, zzgl. 16,00 € Eintritt.
Kursnummer: 19302004

Wassergymnastik für Männer

Spez. Fragen z. Kurs: 04272 1827

Borstel, Hallenbad
Sabine Waldera
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.02.13, 13:00 Uhr
8 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €, Kleingruppe: 34,00 €, zzgl. 16,00 € Eintritt.
Kursnummer: 19302003

Frauen

Wassergymnastik

Spez. Fragen z. Kurs: 04272 1827

Borstel, Hallenbad
Sabine Waldera
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 15:15 Uhr
8 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €, Kleingruppe: 34,00 €, zzgl. 16,00 € Eintritt.
Kursnummer: 19302701

Borstel, Hallenbad
Sabine Waldera
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 14:30 Uhr
8 U-Tage, 8 U-Std., 24,00 €, Kleingruppe: 34,00 €, zzgl. 16,00 € Eintritt.
Kursnummer: 19302702

Wassergymnastik

Spez. Fragen z. Kurs: 04255 982213

Martfeld, Schwimmhalle
Martina Warnke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.02.13, 13:30 Uhr
12 U-Tage, 15 U-Std., 45,00 €, Kleingruppe: 55,00 €, zzgl. 18,00 € Eintritt;
Kursnummer: 04302011

Martfeld, Schwimmhalle
Martina Warnke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 07:45 Uhr
12 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €, Kleingruppe: 46,00 €, zzgl. 14,40 € Eintritt;
Kursnummer: 04302005

Martfeld, Schwimmhalle
Martina Warnke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 08:30 Uhr
12 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €, Kleingruppe: 46,00 €, zzgl. 14,40 € Eintritt;
Kursnummer: 04302006

Ernährungsfragen

Kochen, Essen und Ernährungsfragen

In den Kochkursen können Sie sich über gesunde Ernährung, Vollwertkost oder die Möglichkeiten der Gewichtsreduzierung informieren. Das Erleben fremder Ess-Kulturen, das Genießen eines mehrgängigen Menüs - Sinnlichkeit und Gefühl spielen eine große Rolle beim Essen.

Kochkurse an der VHS

Bei allen Kochkursen entstehen zusätzliche Kosten für Lebensmittel. Diese Kosten werden auf die Teilnehmenden umgelegt und sind bei nicht rechtzeitiger Abmeldung zu zahlen. Bitte bringen Sie Schürze, Geschirrtücher sowie Dosen oder ähnliche Behältnisse für eventuelle Reste mit.

Bereits voll belegte Kurse (so genannte „geschlossene Folgekurse“) werden hier nicht mehr abgedruckt. Zu Ihrer Information sind sie jedoch auf unseren Internetseiten aufgeführt.

Fit im Alter „Gesund essen - besser leben“ - für Migranten und Migrantinnen

Wie bleiben wir fit im Alter? Was ist gesund und schmeckt trotzdem? Antworten darauf gibt es in dieser Veranstaltung. Die Teilnehmenden haben auch die Gelegenheit, gesunde und schmackhafte Lebensmittel zu verköstigen. In Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Niedersachsen und dem Gleichstellungsbüro der Gemeinde Weyhe statt. Anmeldungen bitte unter 04203 71221 oder im Frauenzentrum bei Frau Kilic-Walter.
Der Termin wird in der örtlichen Presse bekannt gegeben.
Spez. Fragen z. Kurs: 04471 707578

Weyhe, Frauenzentrum, im Bruch 17
Dorothee Seelhorst
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 12307601

Endlich selber etwas für Ihr Gewicht tun!

Das Einzige, was zunimmt, ist Ihr Wohlgefühl
Haben Sie auch schon tausend Diäten hinter sich? Wollen Sie endlich keinen Jo-Jo-Effekt mehr haben? Essen auch Sie nicht gerne eine Woche lang nur Ananas? Wollen Sie endlich auch langfristig Kilos loswerden? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig.
Wir wollen mit Unterstützung der Gruppe falsches Essverhalten aufdecken, es langfristig ändern und so auch unserem Wohlfühlgewicht näherkommen. Neugierig? Dieser Kurs ist kein Kochkurs!
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 911711

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Simone Lenk
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 24 U-Std., 60,00 €,
Kleingruppe: 70,00 €,
Kursnummer: 04307007

Unstillbarer Hunger - Abnehmcoaching für Frauen

Die meisten Übergewichtigen kennen alle Ernährungs- und Bewegungstricks und Tips, setzen trotz unzählig missglückter Diäten immer wieder aufs „falsche Pferd“ und geben irgendwann resigniert auf.
Das ist kein Wunder, denn Willensstärke, Anstrengung, Disziplin und Durchhaltevermögen können allein nicht zum gewünschten Gewichtsverlust führen. Solange wir die eigentlichen Ursachen unseres unstillbaren Hungers nicht kennen und beheben, wird die Traumfigur immer wieder in unerreichbare Ferne rücken. Lassen Sie sich einladen zu einem Abnehmcoaching mit Ursachenforschung!
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 936548

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Helke Hoff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 17:00 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 48,00 €,
Kleingruppe: 58,00 €
Kursnummer: 12304040

Weitere Vorträge rund um die Ernährung

siehe Seite 158 f:

Leicht und Lecker kochen

Leicht, lecker und gesund kochen: das wünschen sich viele für sich und ihre Familien. Um Lebensmittel frisch im Alltag zu verarbeiten und anzurichten, muss nicht mit großem Zeitaufwand verbunden sein. Dieser Kursus zeigt, wie schnell und fantasievoll gesunde Küche sein kann: Mit Leichtigkeit eine Mittagsmahlzeit kreieren, mit Fischgerichten den Speiseplan aufwerten sowie Snacks und Partygerichte frisch zubereitet anzubieten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 602225

Barnstorf, Christian-Hülsmeyer-Schule, Küche
Gaby Wilkens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 18:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €,
Kleingruppe: 36,40 €
Kursnummer: 01307001

Essen ohne Nebenwirkungen

Kochen für Menschen mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten/Allergien
Dieser Abend gehört der Theorie: Ein Kochabend für Menschen mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten soll vorbereitet werden. Ein leckeres 3 - 4 Gänge Menü zum gemeinsamen Genießen - ohne Bauchweh und Co. - wird geplant. Um auf „Nummer Sicher" zu gehen, dass auch alle diesen Abend sorgenfrei genießen können, treffen wir uns zu einem Austausch und der Menüplanung. Als Kochabend ist der 20.02.13 vorgesehen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7504

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Martina Lange
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 €
Kursnummer: 23307016

Essen ohne Nebenwirkungen

Kochen für Menschen mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten/Allergien
Wir zaubern ein leckeres 3 - 4 Gänge Menü und wollen es ohne „Bauchschmerzen und Co." gemeinsam genießen.
Um auf Nummer Sicher zu gehen, dass auch alle diesen Abend sorgenfrei verbringen können, ist die Teilnahme am Theorieabend, 13.02.13, erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7504

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Martina Lange
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 17,50 €
Kursnummer: 23307017

Die Sojabohne

Tofu ist inzwischen allgemein bekannt, aber wie wird er gemacht? Und was kann man noch aus der Sojabohne herstellen? Wir bereiten Sojamilch,Tofu und Okara zu, lernen Tempeh und verschiedene Einsatzmöglichkeiten dieser Nahrungsmittel kennen: von der Füllung in chinesischen Nudeln bis zum Geschnetzelten.
Spez. Fragen z. Kurs: 0152 27371933

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Simone März
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307035

Kräuterwanderung zum Kanal

So unscheinbar uns die Wegesränder auch begegnen mögen - stecken sie doch voller Energie und Heilkräfte. Eine kurzweilige Exkursion durch die Brokser Wiesen erwartet Sie. Treffpunkt: Haus Mewes, Maidamm 10.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 2470

Bruchhausen-Vilsen
Christiane Mewes
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 27.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €
Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 04307021

Essbare Kräuter vor unserer Haustür

Kommen Sie mit in die Natur und lassen Sie sich die essbaren Kräuter zeigen, die in unserer Umgebung wachsen!
Sie bekommen Informationen über Inhaltsstoffe und Wirkungen der Pflanzen sowie Beispiele für Verwendungsmöglichkeiten und anschließend einen kleinen Imbiss.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 338

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Kerstin Gissel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 05.06.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 04307027

Kochen mit Wild- und Kulturkräutern

Nicht nur gegen alles ist ein Kraut gewachsen, sondern auch für jedes leckere Gericht! Ich möchte Ihnen verschiedene Kräuter vorstellen und mit Wild und Kulturkräutern mit Ihnen kochen und probieren. Lassen Sie sich überraschen, wie kreativ man mit Kräutern in der Küche sein kann!
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 338

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Kerstin Gissel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 12.06.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 25,00 €,
Kleingruppe: 17,50 €
Kursnummer: 04307028

Kräuterküche - Kulturküche

Nicht nur gegen alles ist ein Kraut gewachsen, sondern auch für jedes leckere Gericht! Ich möchte Ihnen verschiedene Kräuter vorstellen und mit Kulturkräutern mit Ihnen kochen und probieren. Lassen Sie sich überraschen, wie kreativ man mit Kräutern in der Küche sein kann!
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 338

Twistringen, Schulzentrum, Küche, Eingang Hohe Str.
Kerstin Gissel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 29.05.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 24307002

Kräuterküche - Wildkräuter

Kommen Sie mit in die Natur und lassen Sie sich die essbaren Kräuter zeigen, die in unserer Umgebung wachsen!
Sie bekommen Informationen über Inhaltsstoffe und Wirkungen der Pflanzen sowie Beispiele für Verwendungsmöglichkeiten und anschließend einen kleinen Imbiss.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 338

Twistringen, Schulzentrum, Küche, Eingang Hohe Str.
Kerstin Gissel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 22.05.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 24307001

Süße Leckereien aus Kräutern herstellen

in Kooperation mit dem Kreismuseum Syke
Generationsübergreifendes Angebot:
Süße Leckereien aus Kräutern herstellen, Schokokekse mit Minze, Lavendelgebäck, Salbeibonbons u. a. für Kinder, Eltern u. Großeltern.

Syke, Kreismuseum
Info und Anmeldung: 04242 2527
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.07.13, 14:30 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 2,50 €
Keine Ermäßigung möglich
Kursnummer: 23307002

Brot selbst backen

Frisches Brot kann man jederzeit selbst backen. Wir backen mit Sauerteig und Hefe sowie schnellen Ideen, die schmecken und Abwechslung auf den Tisch bringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 338

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Kerstin Gissel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 12,50 €,
Kleingruppe: 17,50 €
Kursnummer: 04307023

Brot und Aufstriche

Für Teilnehmende mit etwas Erfahrung. Wir backen verschiedene Brotsorten und bereiten abwechslungsreiche Aufstriche zu.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 338

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Kerstin Gissel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 12,50 €,
Kleingruppe: 17,50 €
Kursnummer: 04307024

Der erste Spargel ist da!

Ein Menü in vier Gängen
Fragen z. Kurs: 0421 8788655

Stuhr-Seckenhausen, Cordes & Graefe, Wulfhooper Str. 1 - 5
Annelore Balke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.03.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 13,80 €
Kursnummer: 21307014

„Aus dem heimischen Revier auf den Teller“ - Wildkochkurs

Wildgerichte, einfach, aber schmackhaft, Ideen besonders für Anfänger/-innen, die sich noch nicht an Wild aller Art gewagt haben. Mit einfachen Zutaten, die es fast in jeder Küche gibt, werden sehr leckere und schnelle Wildgerichte gezaubert.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 548

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Sven Held-Witte
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.03.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 12,50 €,
Kleingruppe: 17,50 €
Kursnummer: 04307025

Pizza, Quiche & Co aus der Vollwertküche

Pizza, Quiche & Co. sind allgemein beliebt und leicht auch aus vollwertigen Lebensmitteln herzustellen. Es werden einige Varianten ausprobiert einschließlich einiger, für die Vollwertküche wichtiger, Salate.
Spez. Fragen z. Kurs: 04202 61577

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Monika Schreyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 13,20 €,
Kleingruppe: 18,20 €
Kursnummer: 12307603

Salate und Aufläufe aus der Vollwertküche

Aufläufe sind leicht und schell vor- und zuzubereiten. Also ideal für Berufstätige. Auch Salate lassen sich leichter herstellen als allgemein angenommen. An diesem Tag werden wir verschiedene Aufläufe und Salate herstellen und probieren.
Spez. Fragen z. Kurs: 04202 61577

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Monika Schreyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 13,20 €,
Kleingruppe: 18,20 €
Kursnummer: 12307602

Ernährung betrifft jeden,
aber jeder is(s)t anders!
Wir sind Ihre persönlichen Ernährungsexperten und beraten Sie bei Diabetes, Darmerkrankungen, Allergien, Fettstoffwechselstörungen, Übergewicht etc.
Informieren Sie sich unverbindlich bei einem ersten Gespräch. Vereinbaren Sie noch heute einen Termin.
DR. AMBROSIUS
STUDIO FÜR ERNÄHRUNGSBERATUNG
Studio für Ernährungsberatung
Christiane Knipper (Dipl.Oec.) & Team
Bahnhofstr. 42, 28844 Weyhe
Tel. 0 42 03 / 78 58 41
C.Knipper@dr-ambrosius-bremen.de
www.dr-ambrosius-bremen.de
Unsere Ernährungsprogramme sind von den meisten Krankenkassen anerkannt.
www.dr-ambrosius-bremen.de

Info und Anmeldung: 04242 976-4444 - soweit nichts anderes ausgewiesen

Tagesseminar

Vegetarische Vollwertküche

Immer mehr Menschen möchten Fleisch, Wurst, Fisch und andere tierische Produkte meiden.
Richtig praktiziert, stellt die vegetarische Ernährungsweise gesundheitliche Vorteile dar. Doch worauf muss besonderst geachtet werden, wenn wir den Schwerpunkt auf pflanzliche Produkte legen? Was bedeutet das für die Küchenpraxis? Dieses Seminar zeigt wie es geht. Vegetarische Ernährung nach vollwertigen Grundsätzen kann auch in den Berufsalltag integriert werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04202 61577

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Monika Schreyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 08.06.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 13,20 €,
Kleingruppe: 18,20 €
Kursnummer: 12307033

Fleischlos gesund - schlank und fit mit pflanzlicher Ernährung

Immer mehr Menschen essen bewusster oder möchten ihre Ernährung auf rein pflanzliche Kost umstellen. Welche Vorteile liegen in der veganen oder vegetarischen Ernährung? Wie gelingt die Umstellung - auch für die Familie? In diesem Kurs bekommen Sie viele Informationen, Rezepte und Tipps für den normalen Alltag.

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.1, Bahnhofsplatz
Meike Lemkemeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 18:00 Uhr
9 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 12304037

Figurbewusste Partyrezepte

Ob zum Geburtstag, zur Gartenparty oder als kleiner Empfang - leckeres Fingerfood und Häppchen sind immer beliebt ! Bei diesem Kochkurs wollen wir eine bunte Auswahl an beliebten Partysnacks zubereiten, die figurbewusst und schmackhaft sein sollen. Neben abwechslungsreichem Fingerfood und einem gut vorzubereitenden Salat gibt es auch eine Partysuppe und einen kleinen Frucht-Cocktail.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 592151

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Inga Kroll
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 03.04.13, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 05307018

Leichte Sommerrezepte

Leichte, figurbewusste Küche - mit vielen frischen Zutaten. Ein bunter Mix aus den beliebtesten Sommergerichten, die ohne viel Fett auskommen - aber toll schmecken. Ideal bei heißen Temperaturen und ohne den Kreislauf unnötig zu belasten. Wenn Sie aufregende Salate, frische Pasta, knusprigen Fisch und leichte Grillvarianten probieren wollen, ist dieser Sommerkochkurs das Richtige für Sie.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 592151

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Inga Kroll
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 22.05.13, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 05307019

Kochen für Anfängerinnen und Anfänger

Der ideale Grundkurs für alle Einsteigerinnen und Einsteiger
Sie wollen endlich kochen lernen? Sie wollen in einer Gruppe von Gleichgesinnten kochen, die auch alle noch nicht hinter das „Geheimnis“ guter Küche gekommen sind? Sie wollen nicht alles bis aufs letzte i-Tüpfelchen richtig machen müssen, aber es soll gut schmecken? Dann sind Sie hier richtig! Wir beschäftigen uns mit den Nahrungsmitteln, die wir verarbeiten, lernen gezielt die Kochtechniken, die uns das Küchenleben leichter machen und lassen uns das Selbstgekochte in gemütlicher Runde schmecken
Spez. Fragen z. Kurs: 04255 1564

Syke, Lehrküche Realschule, La-Chartre-Str. 7
Annemarie Stührmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 25.02.13, 18:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 33,60 €,
Kleingruppe: 43,60 €
Kursnummer: 23307005

Kochen für Anfängerinnen und Anfänger

Teil 2: Der Aufbaukurs
Für alle, die am 1. Kurs teilgenommen haben, aber auch für „Quereinsteiger“ und Personen mit Vorkenntnissen. Es werden die wichtigsten Grundtechniken des Kochens vertieft und es wird gezeigt, wie aus saisonalen Produkten einfache und zugleich schmackhafte Speisen regionaler und internationaler Küche hergestellt werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04255 1564

Syke, Lehrküche Realschule, La-Chartre-Str. 7
Annemarie Stührmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 15.04.13, 18:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 33,60 €,
Kleingruppe: 43,60 €
Kursnummer: 23307006

Kochen für Anfängerinnen und Anfänger

Teil 3: Der Fortsetzungskurs
Für alle, die am 1. und 2. Kurs teilgenommen haben, aber auch für „Quereinsteiger“ und Personen mit Vorkenntnissen. Es werden die wichtigsten Grundtechniken des Kochens vertieft und es wird gezeigt, wie aus saisonalen Produkten einfache und zugleich schmackhafte Speisen regionaler und internationaler Küche hergestellt werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04255 1564

Syke, Lehrküche Realschule, La-Chartre-Str. 7
Annemarie Stührmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 10.06.13, 18:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 33,60 €,
Kleingruppe: 43,60 €
Kursnummer: 23307007

Kochen mit Kindern (4 - 10 Jahre)

Das können Sie auch zu Hause? Das stimmt! Aber mit mehreren Gleichgesinnten macht es mehr Spaß. Außerdem gibt es hier Anregungen und Tipps für die ausgewogene Ernährung junger Menschen und ein paar neue Ideen. Jeweils eine erwachsene Person in Begleitung eines Kindes.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 338

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Kerstin Gissel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00/5,50 € (Erw../Ki.)
Kursnummer: 04307006

Eltern kochen mit Ihren Kindern (10 - 17 Jahre)

Wir bereiten ein abwechslungsreiches Buffet zu, mit Partysnacks, Salaten, Aufläufen und neuen Rezepten.
Dabei erlernen wir auch Grundtechniken und achten auf Ausgewogenheit.
Im Vordergrund steht das gemeinsame Kochen, Essen und Genießen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 338

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Kerstin Gissel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00/5,50 € (Erw../Ki.)
Kursnummer: 04307008

Väter kochen mit ihren Söhnen

Gemeinsam Kochen macht Spaß, besonders wenn der Vater mit dem Sohn am Herd steht. Wir kochen an diesem Samstag ein Mittags-Menü, welches vielseitig, pfiffig und gesund ist.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8099077

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Manfred Dierks
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 13.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00/5,50 € (Erw../Ki.)
Kursnummer: 03307011

„Kochen für Muttertag“

Vater-Kind-Kochkurs
Die Lebensmittelumlage beträgt ca. 7 - 8 € für ein Eltern-Kind-Paar. Bitte bringen Sie Schreibzeug, Schürze, Geschirrtuch und Vorratsbehälter für Kostproben mit.
Für Mineralwasser ist gesorgt, bei anderem Getränkewunsch werden Sie gebeten, diese Getränke selber mitzubringen. Je ein Kind pro Elternteil.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 832739

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Marion Frenzel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 28.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 20,00/10,00 € (Erw./Ki.)
Kursnummer: 04307015

Männer kochen für Frauen

Heute kochen die Männer für ihre Frauen. Wir bereiten ein Menü vor, das jeder Mann - auch ohne Vorkenntnisse - zubereiten kann. Die Frauen werden um 19:30 Uhr zum gemeinsamen Essen erwartet. Mit einem Glas Wein werden wir gemeinsam das Menü genießen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 500103

Twistringen; Schulzentrum; Küche; Eingang Hohe Str.
Regina Windhorst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 25.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 16,00 €
Kursnummer: 24307003

Kochen für Männer ohne oder mit geringen Kenntnissen

Von der Vorspeise bis zum Dessert. Einführung in die Grundlagen des Kochens, Umgang mit Lebensmitteln und deren Verarbeitung. Überraschen Sie Ihre Frauen!
Termine: 12.02., 05.03., 16.04., 07.05., 04.06.2013
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8099077

Bassum, Schulzentrum Am Petermoor, Neubau, Küche
Manfred Dierks
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 18:00 Uhr
5 U-Tage, 25 U-Std., 55,00 €,
Kleingruppe: 65,00 €
Kursnummer: 02307007

Kochen für Männer

Für Männer mit Vorkenntnissen im Kochen. Wir treffen uns einmal monatlich und bereiten leckere Gerichte zu. Nächste Termine: 26.2.; 09.04.; 30.04.; 28.05.2013.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8099077

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Manfred Dierks
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:00 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 66,00 €,
Kleingruppe: 76,00 €
Kursnummer: 12307008

Kochen für Männer

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8099077
Stuhr-Brinkum, KGS
Manfred Dierks
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 18:30 Uhr
5 U-Tage, 25 U-Std., 55,00 €,
Kleingruppe: 65,00 €
Kursnummer: 03307004

Kochen für Männer

Spez. Fragen z. Kurs: 04253 338
Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Kerstin Gissel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 03.04.13, 18:00 Uhr
4 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 60,00 €
Kursnummer: 04307004

• Bio-Lebensmittel
• Naturkosmetik
• Arzneimittel
• Alles für Wellness, Fitness und Wohlbefinden
mit kompetenter Beratung
In ihrer Nähe: Delmenhorst, Syke, Vechta, Bremen, Bruchhausen-Vilsen, Weyhe-Leeste
Zentrale: Syke, Tel. 04242 60011 - Fax 04242 5201
immer aktuelle Angebote: www.ebken.de
... es ist so einfach
Reformhaus Ebken
... auf Gesundheit und Fitness programmiert!

Info und Anmeldung: 04242 976-4444 - soweit nichts anderes ausgewiesen

Frauen kochen international

In Kooperation mit dem Projekt „Gib mir die Hand“ der Grundschule Mittelstraße in Bassum und der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Bassum. Frauen unterschiedlicher Herkunft kochen die leckersten Mahlzeiten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 3051

Bassum, Schulzentrum Am Petermoor, Neubau, Küche
Sigrun Amir
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.03.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 02307717

Kochen für Genießer

Ein Kurs für alle, die gerne essen und genießen und Spaß am Kochen haben. Wir kochen an jedem Abend ein komplettes Menü, das der Jahreszeit angepasst ist und unter einem Motto steht. In netter Runde lassen wir den Kochabend beim gemeinsamen Genießen ausklingen. Dieser Kurs ist auch für weniger Geübte geeignet.
Weitere Termine:12.03.; 23.04.; 14.05.; 11.06.2013. Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8099077

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Manfred Dierks
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 18:00 Uhr
5 U-Tage, 25 U-Std., 55,00 €,
Kleingruppe: 65,00 €
Kursnummer: 12397100

Kochen für Paare

Sie wollten schon immer einen Kochkurs machen? Wir kochen gemeinsam verschiedene, jahreszeitlich abgestimmte Menüs, und verbringen einen schönen Abend mit anderen Kochbegeisterten in netter Runde.
Weitere Termine: 27.02.; 10.04.; 08.05; 22.05.2013.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8099077

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Manfred Dierks
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:30 Uhr
5 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 12307027

Kochen leicht gemacht

in Kooperation mit den Delme-Werkstätten für Behinderte/Sulingen
Sie lernen in einer kleinen Gruppe ein leichtes Menü zu kochen. Dabei wird die Selbständigkeit angeregt und die Freude am Zubereiten, am Eindecken und gemeinsamen Genießen nicht vergessen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04255 1564

Sulingen, Delme-Werkstatt
Annemarie Stührmann
Frühjahr 2013
5 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €
Kursnummer: 22307005

Bassum, Delme-Werkstatt
Annemarie Stührmann
Frühjahr 2013
5 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €
Kursnummer: 02307098

in Kooperation mit den Delme-Werkstätten Leeste
Weyhe-Leeste, Delme-Werkstätten, Küche
Annemarie Stührmann
Frühjahr 2013
5 U-Tage, 20 U-Std., 50,00 €
Kursnummer: 12307099

Fingerfood

Lernen Sie abwechslungsreiche, unkomplizierte, kleine Schlemmereien für verschiedene Feiern kennen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 338

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Kerstin Gissel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.03.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 12,50 €,
Kleingruppe: 17,50 €
Kursnummer: 04307005

Bassum, Schulzentrum Am Petermoor, Neubau, Küche
Kerstin Gissel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 08.05.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 02307002

Partysnacks

Wer zaubert nicht gern eine Kleinigkeit auf den Tisch, wenn Gäste kommen. Wir werden kleine Snacks zubereiten. Vom Aperitif bis hin zum kleinen Dessert ist alles dabei. Verwöhnen Sie ihre Gäste.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 500103

Twistringen; Schulzentrum; Küche; Eingang Hohe Str.
Regina Windhorst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.03.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 24307004

Buffets

Wer kennt das nicht? Die Einladungen sind in die Post gegangen und nun kommt die Planung.
Dazu kommt fast immer auch die Frage: Was gibt es zu essen? Ein Buffet ist eine elegante Lösung, z. B wenn man viele Gäste erwartet und/oder seine Zeit lieber mit den Gästen verbringen möchte. Wir planen ein Buffet, bereiten die Speisen zu und lernen, wie man so etwas gut aufbaut.
Spez. Fragen z. Kurs: 0152 2737-1933

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Simone März
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 07.05.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307036

Wenn Gäste kommen ...

Wer verbringt nicht gerne Zeit mit Freunden, und jeder möchte gerne etwas auf den Tisch zaubern. Wir bereiten ein leicht zuzubereitendes Menü vor, vom Empfangshäppchen bis hin zum Dessert, ist alles dabei. Sie werden sich und Ihre Gäste verwöhnen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 500103

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Regina Windhorst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.03.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 05307005

Grillen

Die Grillsaison ist da! Wie wäre es mit Abwechslung? Wir bereiten Pasten und Dips für das Grillgut, marinieren Chicken Wings und Koteletts stecken für unsere vegetarischen Freunde Spieße zusammen und bereiten Beilagen zu.
Spez. Fragen z. Kurs: 0152 2737-1933

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Simone März
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 10.06.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307037

Gourmetkochen

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 893595

Stuhr-Brinkum, KGS
Brigitte Stockmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 19:00 Uhr
5 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 03307003

Frühlingserwachen

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8788655

Syke-Barrien, Wagner Wohnen, Barrier Str. 33
Annelore Balke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.03.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 13,80 €
Kursnummer: 23307014

Quiches und Tartes

Ob salzig oder süß, herzhaft, pikant oder fein, bei diesen Köstlichkeiten hat es etwas für jeden Geschmack. Sie sind einfach vorzubereiten, auch auf Vorrat, und müssen dann nur noch in den Ofen geschoben werden. Mit einem Salat als Begleitung sind sie ein tolles Essen, als Gastgeschenk zu einer Grillparty, beim Picknick oder als Reiseproviant willkommen. Wir bereiten Quiches und Tartes mit verschiedenen Teigen und Füllungen, von kleinen raffinierten Vorspeisen über herzhafte Hauptgerichte bis zu süßen Desserts.

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Simone März
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.03.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307014

Mediterrane Köstlichkeiten

Antipasti, Mezze und Tapas lassen Erinnerungen an den Urlaub wach werden. Vorspeisen sind der Auftakt zu Mahlzeiten, die nicht nur köstlich schmecken, sondern auch das Herz schützen. Es wird ein Menü mit mehreren Gängen gekocht und die Genüsse des Südens werden anschließend in geselliger Runde verspeist.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 832739

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Marion Frenzel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 16.06.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 20,00 €,
Kleingruppe: 25,00 €
Kursnummer: 04307002

Italienisch essen und sprechen

Cucinare e parlare italiano
In Gesellschaft Italienisch kochen - gewürzt mit der italienischen Sprache, ein leckeres Vergnügen ... und anschließend genießen!
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Ines Prade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 02.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 12,50 €,
Kleingruppe: 17,50 €
Kursnummer: 04307010

Antipasti 1 - schnell gemacht

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Alberto Turrin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 25.03.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 05307013

Antipasti 2 - für Feinschmecker

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Alberto Turrin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 27.05.13, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 05307015

Pasta - selbstgemacht

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Alberto Turrin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 22.04.13, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 05307014

Pasta fa felice

Herstellung von frischer Pasta gefüllt und ungefüllt aus den Regionen Italiens
Bella Italia
Eine kulinarische Rundreise durch Italien Reisen Sie mit mir genüsslich durch Italien. „La cucina italiana come la mamma a casa“.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9857317

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Silvia Caprarese
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307039

Pizza & Focaccia

Allerlei Pizzarezepte aus verschiedenen Regionen
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9857317

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Silvia Caprarese
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 14.05.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307043

Terra e mare - Rezepte vom Land und Meer

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9857317

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Silvia Caprarese
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 02.04.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307041

Pasqua in Italia

Traditionelles zu Ostern aus Italien wie z.B. Ostertorte oder Osterlamm
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9857317

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Silvia Caprarese
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.03.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307040

Pesto e più

Wir bereiten verschiedene Soßen zu wie z. B. Pesto Genovese, Pesto rosso, Salsa verde etc.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9857317

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Silvia Caprarese
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307038

Cucina Siciliana - von Couscous bis Arancini

Ein Hauch des Orients
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9857317

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Silvia Caprarese
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 16.04.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307042

Cucina Pugliese

Eine kleine kulinarische Reise durch Apulien
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 9857317

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Silvia Caprarese
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 11.06.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307044

Liebe geht durch den Magen

Zum Valentinstag kochen die Männer ein italienisches 3-Gänge Menue und laden ihre Frauen zum Essen ein.

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Alberto Turrin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 18,20 €,
Kleingruppe: 23,20 €
Kursnummer: 05307012

Fisch und Krustentiere

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Alberto Turrin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 24.06.13, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 13,20 €,
Kleingruppe: 18,20 €
Kursnummer: 05307016

Regionale italienische Küche - Piemont

(mit Trüffeln)

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Alberto Turrin
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 19.08.13, 18:30 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 05307017

Tapas

Tapa (spanisch) heisst Deckel und meint ursprünglich den kleinen Deckel den man auf sein Glas gelegt hat um Fliegen, Wespen etc. vom Inhalt freizuhalten. Die Wirte haben dem Gast dann Kleinigkeiten daraufgelegt: Oliven, etwas Schinken, geröstetes gewürztes Brot, Käse usw. Daraus hat sich eine ganze Esskultur entwickelt. In Sevilla ziehen Gruppen den ganzen Abend (Nacht) von einem Lokal zum anderen und essen winzige warme und kalte köstliche Kleinigkeiten mit Fisch, Gemüse, Fleisch oder was den Wirten alles einfällt.
Einige davon bereiten wir zu.
Wunderbar als Vorspeise, Buffet oder auch für Picknicks geeignet.

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Simone März
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 26.02.13, 17:30 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307013

Tapas

Tapas sind kleine Gerichte, die den Appetit anregen sollen. Aber die kleinen Gerichte sind viel mehr als nur Vorspeisen. In Spanien bedeuten sie Lebensfreude, die man in einer Bar mit Freunden zur blauen Stunde genießt. Sie werden sehen, dass Tapas nicht nur aus Oliven und Sardellen bestehen.
Es entstehen Materialkosten. Diese Kosten sind auch bei nicht rechtzeitiger Abmeldung zu zahlen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 500103

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Regina Windhorst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 15.04.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 11,00 €,
Kleingruppe: 16,00 €
Kursnummer: 05307008

Tapas ole (1)

Tapas gibt es in den unterschiedlichsten Varianten. Egal ob kalt oder warm, ob mit oder ohne Fleisch, bei einer Auswahl an Tapas ist für jeden etwas dabei. Alle Tapas sind inklusive mit selbstgemachter Sangria, Cocktail, Kaffee und Wasser.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8094750

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 13,20 €,
Kleingruppe: 18,20 €
Kursnummer: 03307012

Tapas, Sangria y fiesta (2)

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 13,20 €,
Kleingruppe: 18,20 €
Kursnummer: 03307013

Tapas wie im spanischen Urlaub (3)

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 18.05.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 13,20 €,
Kleingruppe: 18,20 €
Kursnummer: 03307014

Tapas ist spanische Lebensfreude (4)

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 15.06.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 13,20 €,
Kleingruppe: 18,20 €
Kursnummer: 03307015

Griechische Küche - mehr als nur Gyros

In Griechenland sind die gemeinsamen Mahlzeiten ein fester Bestandteil des Lebens. Essen ist immer ein Anlass zum Austausch und ein gesellschaftliches Ereignis. Lassen Sie sich von einem Griechen mitnehmen in die orientalisch beeinflusste Küche Griechenlands. Beim gemeinsamen Zubereiten und Essen von typischen Vorspeisen, Hauptgerichten und köstlichen Nachspeisen wie Tiropita oder Halvas haben Sie nicht nur Spaß, sondern Sie lernen auch viel über die Beeinflussung der griechischen Küche durch andere Kulturen, über die klassischen Zutaten, die Vielfallt der Gewürze und die griechische Mentalität.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 232679

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Alkiviadis Spyrou
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 13,20 €,
Kleingruppe: 18,20 €
Kursnummer: 12307015

Türkische Küche

Ob Börrek, Pilaf, Baklava, Köfte oder Imman Bayildi, die türkische Küche ist sehr vielseitig und bietet für jeden Geschmack etwas. Mit frischen Zutaten leichte, typische Gerichte kochen. Beim gemeinsamen Kochen und Essen lernen Sie verschiedene Gewürze und Küchengeheimnisse der Türkei kennen. Auch für Ungeübte.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 3720

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Kader Güllü
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 18:30 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., 17,60 €,
Kleingruppe: 22,60 €
Kursnummer: 12307035

Schlemmen wie im Orient

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8788655

Stuhr-Seckenhausen, Cordes & Graefe, Wulfhooper Str. 1 - 5
Annelore Balke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 30.01.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 13,80 €
Kursnummer: 21307011

Kulinarischer Streifzug durch die asiatische Küche

Möchten Sie einen Einblick in die exotischen Köstlichkeiten der Küchen von Indonesien, Thailand, Malaysia, Singapur und China erhalten? Möchten Sie Gerichte mit süßer Kokosmilch und duftendem Zitronengras kennenlernen? Dann kommen Sie mit auf einen Streifzug durch die asiatische Küche.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 832739

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Marion Frenzel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 17.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 20,00 €,
Kleingruppe: 25,00 €
Kursnummer: 04307001

Kulinarisches Thailand

Ein Menü in vier Gängen
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8788655

Syke-Barrien, Wagner Wohnen, Barrier Str. 33
Annelore Balke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 13,80 €
Kursnummer: 23307011

Heute koche ich chinesisch

Sie lernen wichtige Grundlagen und Prinzipien der gesunden und leichten chinesischen Küche kennen: Schneiden von Gemüse und Fleisch; Marinieren und unter Anleitung selbst zu kochen. Ziel ist es, mit Zutaten, die in den meisten Supermärkten erhältlich sind, zu Hause original chinesisches Essen auch ohne Wok zu zubereiten.
Spez. Fragen z. Kurs: 0178 1365847

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Qiu Ping Jia-Sänger
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:30 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €,
Kleingruppe: 36,40 €
Kursnummer: 12307034

Heute essen wir Peking-Ente

Bei diesem Fortsetzungskurs lernen Sie weitere typische chinesische Speisen kennen und gemeinsam zu kochen: z.B. Wan-Tan-Suppe, Jiao-Zi (chin. Maultaschen), Frühlingsrollen oder Peking-Ente mit Pfannkuchen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0178 1365847

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Qiu Ping Jia-Sänger
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 28.02.13, 18:30 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €,
Kleingruppe: 36,40 €
Kursnummer: 12307036

Wok ist in!

Chinesisch kochen
Die chinesische Küche ist besonders wegen ihrer gesunden und leichten bzw. bekömmlichen Art beliebt und bekannt. Es werden die Grundprinzipien der chinesischen Küche ausführlich erklärt. Schritt für Schritt wird gezeigt, wie man Gemüse und Fleisch schneidet und im Wok zubereitet. Die aufwändige Vorarbeit spielt eine wichtige Rolle. Der Einsatz von typischen und unverzichtbaren Gewürzen wird erläutert. Die Teilnehmenden können lernen, wie sie mit einfachen Zutaten ohne Zuhilfenahme eines Kochbuchs ein original chinesisches Essen für Familie und Gäste zubereiten können. Es werden neue weitere typische chinesische Speisen vorgestellt und gemeinsam zubereitet.
Für Fortgeschrittene als auch für Anfänger/-innen geeignet.
Spez. Fragen z. Kurs: 0178 1365847

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Qiu Ping Jia-Sänger
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 18:30 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 40,00 €
Kursnummer: 04307003

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Qiu Ping Jia-Sänger
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
So, 10.03.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 10,00 €,
Kleingruppe: 15,00 €
Kursnummer: 04307009

Indisch Kochen - ein besonderer Genuss

Dieses Mal liegt der Schwerpunkt auf der Herstellung eines 8-Gänge Menüs.
Nach einer kurzen kulturellen Einführung, informieren wir über indische Gewürze, bieten die Herstellung eigener Gewürzmischungen und Chutneys an und kochen das Menü.
Freude am Kochen und die Bereitschaft zügig mitzuarbeiten sind die Voraussetzungen für ein gutes Gelingen dieses Kurses. Zum Schluss wollen wir das Menü in gemütlicher Runde gemeinsam genießen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04276 963090

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus (Küche), Bahnhofstraße 55
Doris von Königslöw / Wolfram von Königslöw
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 17:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 04307030

Die Küche im Bavendamschen Haus in Bruchhausen-Vilsen

Heide Sanders
Fachbereichsleitung
Tel. 04242 976-4073
E-Mail:
heide.sanders
@vhs-diepholz.de

Dr. Radosveta Hofmann
Deutsch als Fremd-/
Zweitsprache
Tel. 04242 976-4009
E-Mail: radosveta.hofmann
@vhs-diepholz.de

Ilona Platz
Sachbearbeitung
Tel. 04242 976-4096
E-Mail:
ilona.platz@vhs-diepholz.de

4

Sprachen

Fachbereichsthemen

Europäischer Referenzrahmen 196
Allgemeine Hinweise 198
Chinesisch 199
Dänisch 199
Plattdeutsch 200
Deutsche Gebärdensprache 202
Deutsch als Zweit-/Fremdsprache 203
Englisch 207
Finnisch, Französisch 216
Griechisch 218
Italienisch 218
Japanisch, Lettisch 220
Niederländisch, Norwegisch 220
Polnisch 221
Portugiesisch,
Brasilianisches Portugiesisch 221
Russisch 222
Schwedisch 222
Spanisch 223
Türkisch 226

Der gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen

Das Kurssystem unseres Fremdsprachenangebots richtet sich nach dem vom Europarat entwickelten gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen. Diese sechsstufige, europaweit gültige Skala beschreibt, welche Fertigkeiten ein Kursteilnehmer/eine Kursteilnehmerin in der jeweiligen Stufe erwirbt. Oberstes Ziel in diesen Beschreibungen wie auch in unseren Kursen ist die Kommunikationsfähigkeit.

Die folgenden Stufenbeschreibungen können Ihnen nützliche Hinweise geben, welcher Kurs für Sie geeignet ist. Im Zweifelsfall machen Sie bitte von unserer Sprachenbetreuung Gebrauch! Hier können Sie sich auch über die verschiedenen Prüfungen informieren, die auf den Folgeseiten dargestellt sind.

kompetente Sprachverwendung

Niveau C2

Am Ende der Stufe C2 können Sie:

- **Hören** - ohne Schwierigkeiten die gesprochene Sprache verstehen
- **Sprechen** - sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen
- **Lesen** - jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen
- **Schreiben** - anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken

Niveau C1

Am Ende der Stufe C1 können Sie:

- **Hören** - Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen
- **Sprechen** - sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken
- **Lesen** - komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen
- **Schreiben** - sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben

selbständige Sprachverwendung

Niveau B2

Am Ende der Stufe B2 können Sie:

- **Hören** - im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird
- **Sprechen** - sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und ihre Ansichten vertreten
- **Lesen** - Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen
- **Schreiben** - detaillierte Texte, z. B. Aufsätze oder Berichte, schreiben

Niveau B1

Am Ende der Stufe B1 können Sie:

- **Hören** - das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird
- **Sprechen** - in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben
- **Lesen** - Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen
- **Schreiben** - persönliche Briefe schreiben

elementare Sprachverwendung

Niveau A2

Am Ende der Stufe A2 können Sie:

- **Hören** - einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen
- **Sprechen** - kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen
- **Lesen** - kurze einfache Texte, z. B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen
- **Schreiben** - kurze Notizen und Mitteilungen abfassen

Niveau A1

Am Ende der Stufe A1 können Sie:

- **Hören** - einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen
- **Sprechen** - sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen
- **Lesen** - einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern und Plakaten
- **Schreiben** - einfache Standardformulare, z. B. im Hotel ausfüllen

Verschiedene Einrichtungen	Cambridge Examinations & Certificates	Diplôme d´Etudes en Langue Française (DELF)	Diplomas des Español como Lengua Extranjera (D.E.L.E.)
Großes Deutsches Sprachdiplom (GDS)	Certificate of Proficiency in English (CPE)		
TestDaF TDN 5 Goethe-Zertifikat C1	Business English Certificate 3 (BEC 3 - Advanced)	DELF 2nd **C1** Expression spécialisée	
TestDaF TDN 4 Goethe-Zertifikat B2 TestDaF TDN 3	Business English Certificate 2 (BEC 2 - Intermediate) First Certificate in English (FCE)	DELF 1er **B2** - Practique du fonctionnement de la langue	
Zertifikat Deutsch (ZD) Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)	Business English Certificate (BEC 1 - Preliminary) Preliminary English Test (PET) telc school B1	**B1** Compréhension et expression écrites	
Start Deutsch 2 telc Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)	Key English Test (KET) telc school A2	**A2** Expression des idées et des sentiments	telc A2
Start Deutsch 1 telc	Young Learner´s English Test (YLT)	**A1** Expression des idées et des sentiments	telc A1

Deutsch als Fremdsprache

Englisch

Französisch

Spanisch

Allgemeine Hinweise

Der Sprachunterricht an der Volkshochschule soll Ihnen helfen, sich im Ausland in alltäglichen Situationen zurechtzufinden und ganz praktische Sachen, wie z.B. Telefonieren, Einkaufen oder das Fragen nach dem Weg, das Einholen von Informationen über aktuelle Geschehnisse im Gastland sprachlich bewältigen zu können.

Ihr Hörverständnis wird geschult und Sie lernen das Sprechen, Lesen und Schreiben - wobei das Schwergewicht auf den mündlichen Fertigkeiten liegt.

- Alle Lehrgänge sind systematisch aufgebaut.
- Der Unterricht findet erwachsenengerecht statt.
- Aktuelle Unterrichtsmethoden erlauben eine individuelle pädagogische Betreuung und intensive Unterstützung im Unterricht.

Neben den Angeboten aus dem allgemeinsprachlichen Bereich bekommen die Fachsprachen eine immer größer werdende Bedeutung. Der europäische Markt und die internationalen Wirtschaftsbeziehungen setzen Fremdsprachenkenntnisse bei allen geschäftlichen Aktivitäten voraus - Wirtschaftsenglisch wird zu einer wichtigen Qualifikation für alle in Handel und Wirtschaft Tätigen.

Wer einen Nachweis über seine Sprachkenntnisse erwerben will, dem bieten wir verschiedene Zertifikate renommierter Institutionen aus dem Aus- und Inland an, wie z. B. der London Chamber of Commerce and Industry, Cambrigde Examinations oder des Goethe-Institutes. Vergleichen Sie bitte auch die Übersicht „Europäischer Referenzrahmen“ auf den folgenden Seiten. Auf Wunsch senden wir Ihnen Informationen.

Bei Bedarf richten wir mit unserem Programm „Bildung auf Bestellung“ nach Ihren Wünschen Ihren speziellen Kursus ein. Rufen Sie an, wir beraten Sie gern.

Kurssystem Sprachen - unter Berücksichtigung des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens

Jede Lernstufe umfasst 20 - 30 Unterrichtsstunden. Dies entspricht einem VHS-Semester. Weiterführende Kurse setzen diese oder vergleichbare Kenntnisse voraus. Beispiel: Spanisch 3. Hier werden Kenntnisse erwartet, die 40 - 60 Unterrichtsstunden bzw. 2 VHS-Semestern entsprechen.

Bei jeder Veranstaltung steht in der Regel die Lektion, mit der im Kursus begonnen wird. Die Zuordnung der Lernstufen sind für Sie eine Orientierung. Das Lerntempo in Ihrem Kursus bestimmen Sie als Teilnehmende und Ihre Dozentin/Ihr Dozent.

Unsere Sprachangebote berücksichtigen im Titel die Bezeichnung der Lernstufe nach dem **„Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen“**. Beispiel: Spanisch 1 - A1. „A1“ bedeutet, dass die Fähigkeiten der Eingangsstufe entsprechen. Der Referenzrahmen unterteilt sich in folgende Stufen:

Eingangsstufe A1 - Grundstufe A2 - Mittelstufe B1, B2 - Oberstufe C1, C2

Bitte beachten Sie die vorangehenden Seiten; hier wird der Referenzrahmen beschrieben.

Sprachen zum Kennenlernen

Diese Seminarreihe wendet sich an Interessierte, die absolut keine Vorkenntnisse haben und einen ersten Einstieg in die Sprache wünschen.

Sie finden diese Angebote unter der entsprechenden Sprache.

Sprachen lernen mit Muße

In diesen Veranstaltungen wird ohne Leistungsdruck gearbeitet; empfehlenswert auch für Interessierte, die nicht mehr im Berufsleben stehen.

Sprachen lernen für den Urlaub

Seminarreihe - zum Beispiel als Vorbereitung auf eine Reise ...

Sie haben keine Vorkenntnisse? Sie möchten aber im kommenden Urlaub wenigstens ein bisschen reden, ein paar Situationen meistern können? Im Seminar lernen Sie Phrasen und Dialogteile. Diese helfen Ihnen, sich in typischen Alltagssituationen zurechtzufinden - z . B. im Hotel, beim Einkaufen oder wenn Sie in der Stadt unterwegs sind. Verstehen und Sprechen stehen dabei im Vordergrund.

Am Ende des Seminars sind Sie für das Nötigste gewappnet, bekommen aber vielleicht auch Lust, einen längerfristigen Kursus zu besuchen.

Sie finden diese Seminarreihe unter der entsprechenden Sprache.

Sprachen lernen intensiv

Diese Veranstaltungen richten sich an Interessierte, die möglichst rasch lernen wollen und auch nicht vor intensiver Arbeit im Kursus und vor Hausaufgaben zurückschrecken.

Sprachen lernen für den Beruf

Diese Veranstaltungen eignet sich besonders für Lernende, die die Sprache in berufsorientierten Situationen verwenden möchten. Sie werden mit der Sprache vertraut gemacht und auf die Besonderheiten der Geschäftssprache hingewiesen.

Chinesisch

Wir arbeiten mit dem Lehrwerk „Long“, Chinesisch für Anfänger“, Klett-Verlag, ISNB 13 978-312 5288508.

Chinesisch 2 - A1

Spez. Fragen z. Kurs: 04241 2972

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Angela Wiegmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 23402001

Chinesische Sprache und Kultur

Planen Sie eine Reise in das Reich der Mitte, sei es geschäflich oder privat? Neben den Grundlagen der chinesische Sprache erhalten Sie einen Einblick in die chinesische Kultur und bekommen Tipps für Ihren perfekten Auftritt in China, so dass Sie so manches „Fettnäpfchen“ vermeiden können. Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse.

Spez. Fragen z. Kurs: 04271 955334

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Shifen Liu
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 22402001

Dänisch

Wir arbeiten mit standardisierten Lehrwerken, die auf die einzelnen Niveaustufen abgestimmt sind. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Dozentin/Ihrem Dozenten.

Dänisch 1 - A1

Für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse
Wenn Dänemark ihr Urlaubsland ist, oder wenn Sie sich beruflich dorthin verändern wollen, dann können Sie hier einen Grundwortschatz erlernen. Außerdem erfahren Sie viel über Land und Leute. Wie in Dänemark üblich, geschieht die in ungezwungener Art mit Rollenspielen und Hörverständnisübungen.
Ich hoffe, wir sehen uns!
Das Lehrbuch – Aktivt dansk – wird von der KL in Dänemark besorgt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7857554

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Heike Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 23415001

Dänisch 4 - A1

Für Teilnehmer/-innen mit guten Vorkenntnissen ist dieser Kurs genau richtig. In angenehmer Atmosphäre erweitern Sie den vorhandenen Grundwortschatz und erfahren viel über Landeskunde. Dies alles geschieht u. a. in Rollenspielen, Hörverständnisübungen und in der für Dänemark so typischen ungezwungenen Art.
Vis es!
Ab Lektion 19
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7857554

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Heike Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 21403002

Dänisch 8 - A2

Für Interessierte mit Vorkenntnissen von etwa 120 Unterrichtsstunden. Lehrwerk: Angela Pude, Vi snakkes ved, Hueber (Kurs- und Arbeitsbuch), ab Lektion 15; weitere Termine: 09.03.; 13.04.; 27.04.; 08.06.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6921

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Else-Maria Christensen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.02.13, 08:30 Uhr
5 U-Tage, 25 U-Std., 55,00 €,
Kleingruppe: 65,00 €
Kursnummer: 05403001

Dänisch 8 - B1

Für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen aus mindestens 8 Semestern geeignet. Wenn Sie in angenehmer Atmosphäre Ihren vorhandenen dänischen Wortschatz erweitern wollen, dann sind Sie hier genau richtig. In Rollenspielen, Hörverständnisübungen und in der für Dänemark so typischen ungezwungenen Art können Sie hier Ihre Kenntnisse verbessern.
Jeg håber, vi ses!
Vi arbejder med: Av, min arm! Lektion 5
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7857554

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Heike Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:45 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 21403003

Dänisch - Lektüre und Grammatik - B1

Quereinsteiger/-innen mit Kenntnissen auf dem Niveau B1 sind willkommen.
Inhalte: Aktuelle Themen aus Kultur, Politik und Zeitgeschichte.
Lehrbuch wird bei Veranstaltungsbeginn bekannt gegeben.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6921

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Else-Maria Christensen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 20:00 Uhr
13 U-Tage, 26 U-Std., 70,20 €,
Kleingruppe: 80,20 €
Kursnummer: 05403005

Plattdeutsch

Plattdeutsche Nachmittage in Diepholz

mit Marlies Mertens. Bitte melden Sie sich bis 10 Tage vor Beginn an. Spez. Fragen z. Kurs: 05442 1738. Das Entgelt von 6,50 € ist inkl. Kaffee, Tee und Butterkuchen, eine Ermäßigung ist nicht möglich.
Die Nachmittage finden jeweils statt in: **Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11**

„Väihtüch“
Of Katten, Hunne or Voogels - säi mookt us vääl Spooß.
Mi, 06.02.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 05426001

„Wenn mien Enkelkind tou Besöuk kummt“
Jo, denn kummt Läben in’t Huus.
Mi, 06.03.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 05426002

Ostern is wän - wie wöt up dütt Fest trügge kieken
Mi, 03.04.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 05426003

„Däi Bräifdräger“ - häi kummt jeden Daag. Wat hät sick von freuher tou vandooge ännert?
Mi, 05.06.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 05426004

„Mien näiet Sömmerkleed“ - freuher hät dat däi Naischke trechte mookt.
Mi, 07.08.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 05426005

Plattdeutsche Nachmittage in Twistringen

mit Marlies Mertens. Bitte melden Sie sich bis 10 Tage vor Beginn an. Spez. Fragen z. Kurs: 05442 1738. Das Entgelt von 6,50 € ist inkl. Kaffee, Tee und Kuchen, eine Ermäßigung ist nicht möglich.
Die Nachmittage finden jeweils statt in: **Twistringen, VHS, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)**

„Schlachtfest“ dat is kien Fest för Schwiene
Fr, 08.02.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 24426001

„De Osterhoos“ und annere Brüke tou Ostern
Fr, 08.03.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 24426002

Wenn mien Enkelkind tou Besöek kummt, dann gift dat Läben in‘t Huus
Fr, 12.04.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 24426003

Erinnern fangt mit „domoals“ an
Fr, 10.05.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 24426004

„De Postkorten“ - Urlaubsgrüße von noh un fern
Fr, 14.06.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std.
Kursnummer: 24426009

Snack op Platt: „School vör hunnert Johr“

in Kooperation mit dem Kreismuseum Syke
„School vör hunnert Johr“ in der Schulklasse des Kindermuseums

Syke, Kreismuseum, Kindermuseum
Traute Dittmann
Info und Anmeldung: 04242 2527
Do, 16.05.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 € inkl. Kaffee und Butterkuchen. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23426002

Plattdeutsches mit dem Didi-Doktor

in Kooperation mit dem Kreismuseum Syke

Syke, Kreismuseum
Info und Anmeldung: 04242 2527
So, 07.04.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,00 €, inkl. Kaffee und Butterkuchen. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23426009

Snack op Platt: „He snackt as`n Book“

in Kooperation mit dem Kreismuseum Syke
Heimatkundliche und plattdeutsche Schriften. Mit Führung durch die Bibliothek des Kreismuseums.

Syke, Kreismuseum
Traute Dittmann / Dr. Ralf Vogeding
Info und Anmeldung: 04242 2527
Mi, 20.03.13, 15:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 5,00 €, inkl. Kaffee und Butterkuchen. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23426010

Lesung

Krimis in der Schummerstunde - Plattdeutsche Lesung

Schaurig-Schönes auf Plattdeutsch - darauf können sich die Teilnehmer/-innen freuen. Helga Poppe unterrichtet Plattdeutsch und ist auch ausgebildete Märchenerzählerin. Anmeldung erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 2235781

Bruchhausen-Vilsen, Die Scheune, Brautstr. 16
Helga Poppe
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 6,50 €
Kursnummer: 04426001

Plattdeutsch

Plattdüütsch ist in!
Wi öövt dat Lesen vun plattdüütsche Geschichten, schrievt un singt tohoop. Hebbt Moot un mookt Jo op de Socken!
De Kurs richt sik besünners an Lüüd mit wenig Vörkenntnis.
Spez. Fragen z. Kurs: 04221-399204

Stuhr-Varrel, Gutshaus Varrel, Varreler Feld
Horst-Dieter Hoyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 18:00 Uhr
8 U-Tage, 16 U-Std., 35,20 €,
Kleingruppe: 45,20 €
Kursnummer: 21426002

Wochenendseminar

Ick snack platt - du ok?

Eine Einführung in die plattdeutsche Sprache
„Verstehen kann ichs wohl, aber sprechen leider nicht!“. Das sagen viele mit Bedauern. Wir ändern das! Dieser Einführungskursus richtet sich an alle, die keine oder nur geringe Vorkenntnisse haben und die plattdeutsche Sprache lernen möchten. In lockerer Atmosphäre werden wir uns neben dem ersten Lehrstoff an heitere kleine Geschichten und Lieder wagen.
Weitere Termine: 16.02.; 02.03.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 2235781

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Helga Poppe
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 02.02.13, 14:15 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 40,00 €, inkl. Unterrichtsmaterial und Pausenkaffee
Kursnummer: 05426010

Deutsche Gebärdensprache 1

... ein erster Einstieg in die „Sprache der Hände“
Die Veranstaltung richtet sich an alle, die an einer weiteren Kommunikationsmöglichkeit interessiert sind, sowie an Schwerhörige und deren Angehörige; außerdem an Personen, die beruflich oder privat mit Gehörlosen zu tun haben. Auch für Interessierte, die in Zukunft mit gehörlosen Menschen oder als Gebärdensprachdolmetscher/-in arbeiten möchten, ist die Veranstaltung ein sinnvoller Einstieg. Ferner ist sie für Menschen interessant, die mit Kindern arbeiten, denn Gebärden unterstützen und fördern den Spracherwerb (GuK - Gebärden-unterstützende Kommunikation).
Es werden keine Vorkenntnisse erwartet. Die Teilnahmezahl ist auf 12 Personen begrenzt.
Inhalte: Einführung in die eigenständige Gebärdensprache und in die Grammatik. Durch Erlernen von Fingeralphabet, Gebärdenvokabeln und den Einsatz von Mimik werden einfache Dialoge für Gesprächssituationen des Alltags erprobt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04251 672307

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Sandra Kröger
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.03.13, 18:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €,
Kleingruppe: 36,40 €
Kursnummer: 04426010

Wochenendseminar
Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Sandra Kröger
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa/So, 27./28.04.13, 10:00 - 12:30 Uhr
Sa/So, 04./05.05.*13, 10:00 - 12:30 Uhr*
4 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €,
Kleingruppe: 36,40 €
Kursnummer: 04426011

Bildung auf Bestellung...

... für Firmen, Institutionen und Einzelpersonen

Haben Sie Qualifizierungs- oder Trainingsbedarf in bestimmten Bereichen, z. B. EDV, Sprachen? Wir bieten Ihnen - auch kurzfristig - speziell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Schulungen.

Sprechen Sie uns an: Tel. 04242 976-4074

Hinweis:

„Neue-Rechtschreibung“
„Der moderne Brief“
finden Sie auf Seite 256.

Deutsch als Fremdsprache (DaF)
Deutsch als Zweitsprache

Dein Deutsch – deine Chance
Senin Almancan- senin şansın
Твой немецкий твой шанс

Sie wollen sich die deutsche Sprache und Kultur zu eigen machen – wir haben die passenden Kurse.
Wir bieten Deutschkurse

- für Lese- und Schreibwillige (Alphabetisierung)
- für Anfänger (A1 / A2)
- für Fortgeschrittene (B1 / B1+)
- für kompetente Sprachanwender (B2 / C1)

Integrationskurse
Integration kursları
Интеграционные курсы

Die meisten Migranten/Migrantinnen in Deutschland haben ein Recht auf einen Integrationskurs.
Der Integrationskurs kann für Sie günstiger oder ganz kostenlos sein.
Wir beraten Sie gerne darüber.

Kursaufbau

Jeder Kurs besteht aus mehreren Modulen á 100 Unterrichtsstunden.
Die VHS setzt in ihren Kursen erfahrene und qualifizierte Lehrkräfte ein.

Entgelte

Je 100 Unterrichtsstunden

- regulärer Preis 160,00 €
- Integrationskursteilnehmende 120,00 €
- Integrationskursteilnehmende mit Befreiung vom Kostenbeitrag 0,00 €
- Praktikanten/innen, Au-pairs, Bezieher von Arbeitslosengeld I. 100,00 €
- Asylbewerber/innen Bezieher von Sozialhilfe(n) oder Arbeitslosengeld II 50,00 €

Für Lernende in Integrationskursen gelten besondere Bedingungen.

Prüfungen an der VHS LK Diepholz:

- Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)
- TestDaF für Studierende
- Zertifikat B2
- Test „Leben in Deutschland“
- Einbürgerungstest

Lehrbücher:

Lehrbücher werden von den Teilnehmenden selbst gekauft. Sonderregelungen sind möglich.

Information und Anmeldung:

VHS des Landkreises Diepholz
Nienburger Str. 5, 28857 Syke
Ilona Platz
Tel. 04242 976-4096
E-Mail: ilona.platz@vhs-diepholz.de

Fachbereichsleitung und Beratung:
Dr. Radosveta Hofmann
Tel. 04242 976-4009
E-Mail: radosveta.hofmann@vhs-diepholz.de
Beratungstermine nach telefonischer Absprache.

Einbürgerungskurse und Einbürgerungstests

Hinweise dazu finden Sie auf Seite 66.

Bitte machen Sie Ihre Mitbürger und Mitbürgerinnen auf unsere Angebote aufmerksam!

Deutsch als Fremd-/Zweitsprache

Kursberatungen und Einstufung

Unsere Kurse sind in Lernstufen aufgebaut. So können Sie optimal gefördert werden. Die verbindliche Einstufung und Beratung vor Kursbeginn hilft Ihnen, das passgenaue Angebot zu finden.

Telefonische Auskünfte erteilt Frau Dr. Hofmann unter **04242 976-4009**.

Wir haben feste Beratungstermine an verschiedenen Orten, aber Sie können auch individuelle Termine vereinbaren.

Termine für Einstufung und Beratung

Syke, VHS, Nienburger Str. 5
montags: 9:00 – 11:00 Uhr, mittwochs: 8:00 – 9:30 Uhr

Sulingen, VHS, Am Deepenpool 27, Eingang Mittelschulweg
05.02.2013, 05.03.2013, 07.05.2013, 04.06.2013
9:00 – 10:30 Uhr

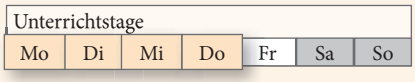
Weyhe-Kirchweyhe, Bildungsstätte Trafo, Kirchweyher Str. 51
19.02.2013, 16.04.2013, 18.06.2013
9:00 – 10:30 Uhr

Stuhr-Brinkum, VHS, Jupiterstr. 1
26.02.2013, 23.04.2013, 28.05.2013, 25.06.2013
9:00 – 10:30 Uhr

Diepholz
Termine auf Anfrage

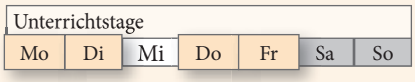
Integrationskurse

Basis 3
06.02.2013 - 08.04.2013



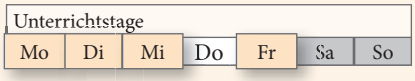
8:30 - 11:45 Uhr
Dr. Marina Holle
Bassum, Mühlenweg 12 - 14

Basis 3
09.01.2013 - 22.02.2013



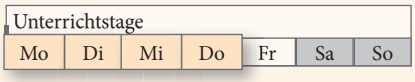
08:45 - 12:00 Uhr
Gabriella Mester
Weyhe, Trafo, Kirchweyher Str. 51

Basis 3
15.02.2013 - 16.04.2013



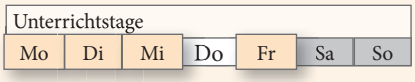
8:45 - 12:00 Uhr
Hans-Heinrich Prange, Marion Urbanski
Sulingen, Am Deepenpool 27

Aufbau 1 - 2
09.04.2013 - 21.08.2013



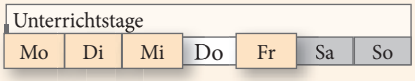
8:30 - 11:45 Uhr
Dr. Marina Holle
Bassum, Mühlenweg 12 - 14

Aufbau 2 - 3
09.01.2012 - 25.04.2013
Orientierungskurs
26.04.2013 - 28.05.2013



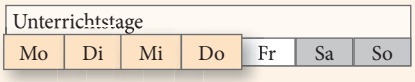
8:30 - 11:45 Uhr
Christiane Nöggerath
Stuhr, Jupiterstr. 1

Aufbau 1 - 2
17.04.2013 – 30.08.2013



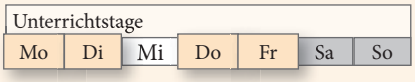
8:45 - 12:00 Uhr
Hans-Heinrich Prange, Marion Urbanski
Sulingen, Am Deepenpool 27

Aufbau 1 - 2
28.02.2013 - 19.06.2013



8:30 - 11:45 Uhr
Heide Tobon-Hernandes, Tanja Bryson-Schreiber
Syke, Nienburger Str. 5

Aufbau 1 - 2
25.02.2013 - 14.06.2013



08:45 - 12:00 Uhr
Gabriella Mester
Weyhe, Trafo, Kirchweyher Str. 51

Aufbau 1 - 2
ab Januar
Stuhr

Wiederholung 1 - 3
ab Januar
Syke, Nienburger Str. 5

Integrationskurse in Diepholz

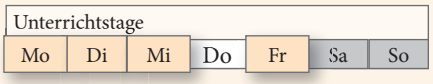
im Weiterbildungszentrum BNVHS
Information: Frau Klamp,
Tel. 05441 59256-20

Integrationskurse Alphabetisierung

Alphabetisierung 1 - 2
ab Januar
Stuhr

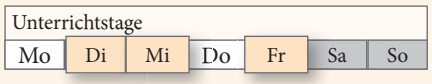
Alphabetisierung 1 - 2
ab Januar
Weyhe, Trafo, Kirchweyher Str. 51

Alphabetisierung Modul 5 – 8
29.01.2013 – 14.08.2012



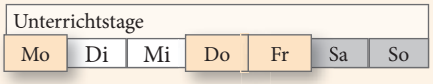
9:00 - 12:15 Uhr
Juri Hatzenbiller
Sulingen

Alphabetisierung Modul 8 - 9
17.01.2013 - 06.06.2013



08:30 - 11:45 Uhr
Sven Richter
Syke, Nienburger Str. 5

Alphabetisierung Wiederholung 1 - 3
22.11.2012 – 24.06.2013

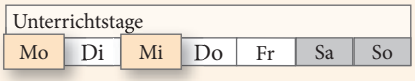


08:30 - 11:45 Uhr
Marianne Willms
Syke, Nienburger Str. 5

Allgemeine Kurse

Kursnummer: 00404459

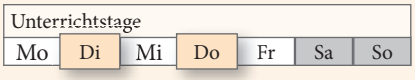
Deutsch A1
ab 04.02.2013, 15 x



18:00 – 20:15 Uhr (14-tägig)
Martina Heuermann
Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11

Kursnummer: 00404470

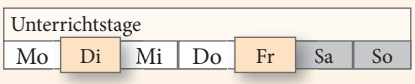
Deutsch A2 - B1
ab 05.02.2013



17:00 – 18:30 Uhr
Dr. Marina Holle
Syke, Nienburger Str. 5

Kursnummer: 00404477

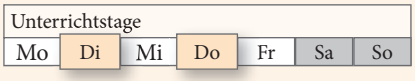
Deutsch B2
29.01.2013 – 24.05.2013



8:30 - 11:45 Uhr
100 UE
Heide Tobon-Hernandes
Syke, Nienburger Str. 5

Kursnummer: 00404900

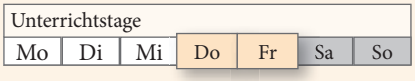
Deutsch B2
15.01.2013 – 02.05.2013



14:30 – 16:00 Uhr
50 UE
Gina Metze-Hoffmann
Syke, Nienburger Str. 5

Kursnummer: 00404473

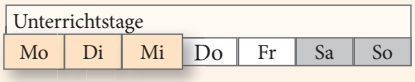
Deutsch B2 - 2
14.12.2012 - 12.04.2013



8:30 - 11:45 Uhr
100 UE
Gertrud Braun
Stuhr, Jupiterstr. 1

Kursnummer: 00404476

Deutsch C1/C2 - 2
26.03.2013 – 21.05.2013

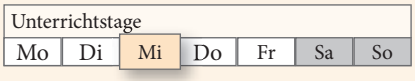


8:30 - 11:45 Uhr
100 EU
Gertrud Braun
Stuhr, Jupiterstr. 1
Für diesen Kurs gelten besondere Entgelte

Deutsch für Pflegekräfte
Details auf Anfrage
100 UE
Syke

Kursnummer: 00404130 Uhr

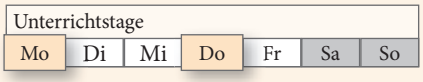
Dranbleiben
ab 06.02.2013



15:00-16:30 Uhr
Marita Thiel-Wolf
Syke, Waldstr. 3

Kursnummer: 00404471

Deutsch für Berufstätige
ab 11.02.2013



18:00-20:15 Uhr
Margarethe Dünckmann
Sulingen, Am Deepenpool 27

Workshops

Vorbereitung auf den DTZ
(Deutschtest für Zuwanderer)
25.05.2013 und 01.06.2013
12 UE
Heide Tobon-Hernandes
Syke, Nienburger Str. 5

Vorbereitung auf die B2-Prüfung
20.04.2013 und 27.04.2013
12 UE
Heide Tobon-Hernandes
Syke, Nienburger Str. 5

Prüfungstermine DTZ 2013
23.02.2013, Anmeldung bis 23.01.2013
06.04.2013, Anmeldung bis 06.03.2013
08.06.2013, Anmeldung bis 08.05.2013
06.07.2013, Anmeldung bis 06.06.2013
31.08.2013, Anmeldung bis 31.07.2013
12.10.2013, Anmeldung bis 12.09.2013
09.11.2013, Anmeldung bis 09.11.2013

Frauen

Mama lernt Deutsch

Die Kurse werden in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Twistringen sowie verschiedenen Kindergärten und Grundschulen durchgeführt.

Anmeldung:
Heike Harms, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Twistringen, Tel. 0423 413106

Fragen zu den Kursen beantworten Ihnen gern die Dozentinnen und Koordinatoren vor Ort:
Martina Heuermann, Tel. 05442 8041665
Regina Brinkmann-Mock, Tel. 04243 5264
Koordinationsstelle in Rehden: Tel. 05446 20953

Diese Kurse sind entgeltfrei.

Kursnummer: 00404001

Mama lernt Deutsch
ab 15.01.2013

Unterrichtstage						
Mo	Di	Mi	Do	**Fr**	Sa	So

9:00 - 11:30 Uhr
Marion Urbanski
Rehden, Schule am Geestmoor

Kursnummer: 00404700

Mama lernt Deutsch
ab 22.02.2013

Unterrichtstage						
Mo	Di	Mi	Do	**Fr**	Sa	So

8:30 - 11:00 Uhr
Martina Heuermann
Twistringen, VHS Brunnenstr. 5 a, Seiteneingang

Kursnummer: 00404704

Mama lernt Deutsch (Alphabetisierung)
ab 01.02.2013

Unterrichtstage						
Mo	Di	Mi	Do	**Fr**	Sa	So

8:30 - 11:00 Uhr
Regina Brinkmann-Mock
Twistringen, VHS Brunnenstr. 5 a, Seiteneingang

Gesprächskreise „Miteinander reden“
Informationen dazu ab Seite 67, 107.

„Dranbleiben“

Ein passender Integrationskurs wird zur Zeit nicht angeboten, aber trotzdem möchten Sie weiter Deutsch lernen, um das bereits Erlernte nicht zu vergessen? Dieser Kurs richtet sich an alle, die das deutsche Alphabet kennen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 936115 Uhr

Syke, Waldstr. 3
Marita Thiel-Wolf
ab Mi, 06.02.13, 15:00 Uhr
entgeltfrei
Kursnummer: 00404130

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen

Auch die Englisch-Kursangebote berücksichtigen im Titel die Lernstufen nach dem Europäischen Referenzrahmen, aufgeführt auf Seite 196.

Einstufungstests

Sie können Ihre vorhandenen Englischkenntnisse prüfen, indem Sie einen Einstufungstest selbst durchführen - und zwar im Internet. Sie stehen zum Download als PDF-Dateien auf unserer Homepage zur Verfügung:
www.vhs-diepholz.de
unter „Programm/Sprachen/Kurssystem Englisch/Download“.

Wichtiger Hinweis:

Bereits voll belegte Kurse (so genannte „geschlossene Folgekurse“) werden hier nicht mehr abgedruckt. Zu Ihrer Information sind sie jedoch auf unseren Internetseiten aufgeführt.

Englisch

Bildungsurlaub

Englisch - mal anders 2

für Teilzeitbeschäftigte
Hören - Zuhören - Verstehen
Sprechen - Diskutieren - Erzählen
Lesen - Bewegen - Singen
Kochen - Backen - Genießen
Voraussetzung: Englisch-Kenntnisse auf dem Niveau A2 (ca. 5 Jahre Schulenglisch).
Dieser BU ist in Niedersachsen als Teilzeit- und in Bremen als Vollzeit-Bildungsurlaub anerkannt.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6921

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Else-Maria Christensen
Anmeldung bis 06.05.2013
Mo, 03.06.13, 8:30 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 87,00 €,
Kleingruppe: 97,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 112,00 € inkl. Pausenkaffee sowie Mittagessen am letzten Unterrichtstag
Kursnummer: 00406008

Bildungsurlaub

Englisch - mal anders 5

für Teilzeitbeschäftigte
Hören - Zuhören - Verstehen
Sprechen - Diskutieren - Erzählen
Lesen - Bewegen - Singen
Kochen - Backen - Genießen
Voraussetzung: Englisch-Kenntnisse auf dem Niveau B1+ (ca. 7 Jahre Schulenglisch).
Dieser BU ist in Niedersachsen als Teilzeit- und in Bremen als Vollzeit-Bildungsurlaub anerkannt.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6921

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Else-Maria Christensen
Anmeldung bis 13.05.2013
Mo, 10.06.13, 08:30 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 87,00 €,
Kleingruppe: 97,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 112,00 € inkl. Pausenkaffee sowie Mittagessen am letzten Unterrichtstag.
Kursnummer: 00406009

Bildungsurlaub

„Rundum fit in Englisch“ - A2

In diesem 30-stündigen Bildungsurlaub stehen neben dem freien Sprechen auch das Schreiben, Lesen und Hören im Vordergrund. Inhaltlich geht es um Themen wie soziale Kontakte, Freizeit, Urlaub, Kultur und Beruf. Dabei frischen wir auch unsere verschütteten Grammatikkenntnisse wieder auf. Es wird mit unterschiedlichen Materialien (Spotlight Artikeln, Short Stories, Grammatikübungen) gearbeitet. Ziel ist ein sicherer Umgang mit der englischen Sprache.
Die Teilnehmenden sollten über 5 Jahre Schulenglisch verfügen und können gerne eigene Wünsche in den Kurs einbringen.
Der Bildungsurlaub ist in Bremen als Vollzeit und in Niedersachsen als Teilzeit-Bildungsurlaub anerkannt. Spezielle Fragen zum Kurs: Tel. 0421 - 412525
Es fallen Kosten in Höhe von 4,00 € für Unterrichtsmaterial an.

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.2, Bahnhofsplatz
Petra Brunckhorst
Anmeldung bis 17.05.2013
Mo, 17.06.13, 08:00 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 95,00 €,
Kleingruppe: 105,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 120,00 € inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: 00406001

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.2, Bahnhofsplatz
Petra Brunckhorst
Anmeldung bis 17.05.2013
Mo, 14.10.13, 08:00 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 95,00 €,
Kleingruppe: 105,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 120,00 € inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: T00406001

Englisch mit Muße

Auch für alle, die sich zum Englischlernen mehr Zeit lassen wollen, hat die VHS des Landkreises Diepholz ein Angebot: Englisch - aber mit Muße. In entspannter Atmosphäre und ohne Zeitdruck werden die Teilnehmer und Teilnehmerinnen lernen, alltägliche Situationen mit Hilfe der englischen Sprache zu bewältigen.

Englisch mit Muße - A1

Key A
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8060750

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Jacqueline Schneider
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 10:00 Uhr
14 U-Tage, 28 U-Std., 61,60 €,
Kleingruppe: 71,60 €
Kursnummer: 03406016

Englisch mit Muße - A2

English Elements 2, Unit 11.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8400466

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.2, Bahnhofsplatz
Antje Stilke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 13:15 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 12406601

Englisch mit Muße - A2

Sterling Silver 2, Lektion 18
Spez. Fragen z. Kurs: 04251 1659

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Helen Friedrichs
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 15:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 04406602

Englisch mit Muße - A2

Es ist so einfach, in die ganze Welt zu reisen und fast überall kann man sich mit etwas Englisch verständigen. Der Kurs vermittelt alles, was man auf dem Flugplatz, im Hotel, im Restaurant, im Taxi und beim Kaufen benötigt.
Oder erwarten Sie einen Austauschschüler, der Sie verstehen soll?
Der Kursus zeichnet sich durch die Zeit aus, die die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben, unter Anleitung eines erfahrenen Kursleiters in lockerer Runde alltägliche Situationen in Englisch zu bewältigen.
Ein Einstieg ist nur in Absprache mit dem Kursleiter möglich. Vorkenntnisse sind erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7695

Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Gavin Stuart Bryson
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 10:45 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 12406603

Englisch mit Muße - A2

Englisch ist so einfach und so artverwandt mit unserer Sprache. Einige Grundregeln sollte man lernen, die Aussprache und ein Grundvokabular - und schon kann man vieles verstehen, was uns heute täglich begegnet. Außerdem kann man sich besser in der Welt bewegen, fühlt sich sicherer und versteht manches im modernen Leben besser. Grundkenntnisse erwünscht. Ein Einstieg ist nur in Absprache mit dem Kursleiter möglich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7695

Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Gavin Stuart Bryson
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 12:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 12406604

Englisch mit Muße - A2/B1

Anfänger mit Vorkenntnissen (Schulenglisch oder 3 Jahre VHS Englisch) sind herzlich willkommen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 2928

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Vicki Steinfeld
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 09:30 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 66,00 €,
Kleingruppe: 76,00 €
Kursnummer: 22406602

English is fun

Generation 50 plus
Lernen Sie Englisch ohne Druck, dafür mit Spaß! Unser Schwerpunkt ist das Sprechen. Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Mit interessanten Aktivitäten gestalten wir den Unterricht so, dass Sie die englische Sprache im Alltag anwenden können.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 1708

Asendorf, „The English Centre“, Alte Heerstr. 53
Teresa Stelter-Diprose
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 10:00 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 81,00 €,
Kleingruppe: 91,00 €
Kursnummer: 04406604

Asendorf, „The English Centre“, Alte Heerstr. 53
Teresa Stelter-Diprose
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 10:00 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 81,00 €,
Kleingruppe: 91,00 €
Kursnummer: 04406603

Englisch mit Muße - B1

Spez. Fragen z. Kurs: 0175 7612664

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Sarah Jaye Duyvestein
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 16:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 23406005

Elementare Sprachverwendung - Grundkenntnisse auf dem Niveau A1 (vgl. S. 196)

Englisch - „Basic Course“ - A1

English Elements, Basic Course
Spez. Fragen z. Kurs: 0175 7612664

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Sarah Jaye Duyvestein
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 23406006

Englisch - „Basic Course“ - A1

English Elements, Basic Course
Nicht in den Ferien

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Samuel Xavier
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 9:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 02406003

Englisch - „Basic Course“ - A1

English Elements, Basic Course, Unit 10.
In den Ferien findet der Unterricht nach Absprache statt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04276 963090

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Wolfram von Königslöw
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 22406001

Englisch - A1

Great! A1 ab Lektion 4
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6921

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Else-Maria Christensen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 10:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 05406004

Englisch - A1

Fairway 1, Unit 1
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 808681

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Inge-Marie Lohmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:00 Uhr
14 U-Tage, 28 U-Std., 61,60 €,
Kleingruppe: 71,60 €
Kursnummer: 03406004

Englisch - A1

English Elements 1, Unit 4
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 270081

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Petra Gresser
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 16:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 03406006

Englisch - A1

Fairway 1, Klett Verlag, Unit 9
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 808681

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Inge-Marie Lohmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 03406001

Englisch - A1

English Elements 1, Unit 9
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6921

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Else-Maria Christensen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.02.13, 08:30 Uhr
11 U-Tage, 22 U-Std., 48,40 €,
Kleingruppe: 58,40 €
Kursnummer: 05406006

Englisch - A1

English Elements 1, Unit 10.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8400466

Weyhe-Leeste, KGS/Orientierungsstufe, Altbau
Antje Stilke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 20:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 12406008

Englisch - A1

Fairway, Unit 10.

Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Wendy Fried-Thiel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 09:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 12406012

Englisch - A1

Fairway, Unit 11.

Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Wendy Fried-Thiel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 10:45 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 12406013

English for fun - A1

Die Teilnehmer /-innen haben in den ersten Kursen gelernt, sich auf dem einfachsten Weg zu verständigen. Diese Kenntnisse werden weiter ausgebaut.
Manuskriptkosten von ca. 2,00 € sind am ersten Abend zu entrichten. Einstieg nur nach Rücksprache mit der Kursleiterin möglich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 17:45 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €,
Kleingruppe: 36,40 €
Kursnummer: 24406006

Elementare Sprachverwendung - Grundkenntnisse auf dem Niveau A2 (vgl. S. 196)

Englisch - A2

English Elements 2, Unit 1
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 270081

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Petra Gresser
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 16:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 03406007

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Petra Gresser
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 03406009

Englisch - A2

English Elements 2, Unit 1
Spez. Fragen z. Kurs: 04273 963394

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Andy Zumaya
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 18:15 Uhr
14 U-Tage, 28 U-Std., 61,60 €,
Kleingruppe: 71,60 €
Kursnummer: 23406011

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Andy Zumaya
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 20:00 Uhr
14 U-Tage, 28 U-Std., 61,60 €,
Kleingruppe: 71,60 €
Kursnummer: 23406014

Englisch - A2

Lehrwerk wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6921

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Else-Maria Christensen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.02.13, 10:30 Uhr
11 U-Tage, 22 U-Std., 48,40 €,
Kleingruppe: 58,40 €
Kursnummer: 05406007

Englisch - A2

English Elements 2
Die Uhrzeit kann nach den Wünschen der Teilnehmer/-innen verändert werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 05443 2443

Lemförde, Schulzentrum, Haus A
Dr. Heike Garbe
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 20:15 Uhr
14 U-Tage, 28 U-Std., 61,60 €,
Kleingruppe: 71,60 €
Kursnummer: 14406001

Englisch - A2

Refresh and increase your school English skills with us. In a relaxed atmosphere we work with the textbook English Elements 2. We also use various games and other media to enrich the course and make learning fun. There is also plenty of opportunity to practice conversation and listening skills as well as special needs and interests.
Lehrbuch: English Elements 2.
Spez. Fragen z. Kurs: 04245 95044

Bassum, Schulzentrum Am Petermoor, Neubau
Ernest Pokel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 18:00 Uhr
14 U-Tage, 28 U-Std., 61,60 €,
Kleingruppe: 71,60 €
Kursnummer: 02406004

Englisch - A2

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Wendy Fried-Thiel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 11:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 03406011

Englisch - A2

English Elements 2, Unit 5.
Spez. Fragen z. Kurs: 05443 2443

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Dr. Heike Garbe
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 08:30 Uhr
14 U-Tage, 28 U-Std., 61,60 €,
Kleingruppe: 71,60 €
Kursnummer: 05406005

Englisch - A2

Great! A2 ab Lektion 3
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6921

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Else-Maria Christensen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 17:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 05406012

Englisch - A2

English Elements 2, Unit 9.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8400466

Weyhe-Leeste, KGS/Orientierungsstufe
Antje Stilke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:15 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 12406004

Englisch - A2

Fairway 2, Klett Verlag, Unit 8
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 808681

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Inge-Marie Lohmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 03406008

English Refresher - A2

A New Start Refresher A2 (Cornelsen)
Kein Unterricht in den Ferien!
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 252883

Stuhr, Ev. Gemeindehaus,
Stuhrer Landstr. 142
Christine Müller
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 09:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 66,00 €,
Kleingruppe: 76,00 €
Kursnummer: 21406001

„Rundum fit in Englisch“ - A2

In diesem Kurs stehen neben dem freien Sprechen auch das Schreiben, Lesen und Hörverständnis im Vordergrund. In entspannter Atmosphäre geht es um Themen wie soziale Kontakte, Freizeit, Urlaub, Kultur und Beruf. Dabei frischen wir auch unsere verschütteten Grammatikkenntnisse wieder auf. Es wird mit unterschiedlichen Materialien (Spotlight Artikeln, Short Stories, Grammatikübungen) gearbeitet. Ziel ist ein sicherer Umgang mit der englischen Sprache.
Es sind sowohl „neue“ als auch „ehemalige“ Teilnehmerinnen und Teilnehmer herzlich willkommen. Sie sollten über 5 Jahre Schulenglisch verfügen und können gerne eigene Wünsche in den Kurs einbringen.
Termine: Sa, 09.02., 02.03., 06.04., 04.05. und 01.06.2013 jeweils von 09:00 - 14:00 Uhr.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Petra Brunckhorst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.02.13, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 72,00 €,
Kleingruppe: 82,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03406005

Selbständige Sprachverwendung - gute Kenntnisse - Niveau B1 und B2 (vgl. S. 196)

Englisch - B1

English Elements 3, Unit 1.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8400466

Weyhe-Leeste, KGS/Orientierungsstufe, Altbau
Antje Stilke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 20:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 12406003

Englisch - B1

English Unlimited B1+ ab Lektion 2
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6921

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Else-Maria Christensen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 05406011

Englisch - B1

Taught by a native speakers this course emphasizes speaking and communication. All skills are practiced in a friendly, informal atmosphere. The coursebook supports modern teaching methods which will help you enjoy your learning experience.
(Man kann zu jeder Zeit mit dem Kursbuch einsteigen.)
Key B1, Unit 7
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8060750

Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Jacqueline Schneider
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 19:00 Uhr
13 U-Tage, 26 U-Std., 70,20 €,
Kleingruppe: 80,20 €
Kursnummer: 12406001

Englisch - B1

English Elements 3, Unit 9
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 6921

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Else-Maria Christensen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 09:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 05406008

Englisch - B1

English Elements 4, Unit 9.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8400466

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.2, Bahnhofsplatz
Antje Stilke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 08:45 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 12406005

Englisch - B1

This existing group still has room for more participants. In addition to working with the book, English Elements 4, we also often use various games and other media to enrich the course, placing an emphasis on conversation and listening skills.
English Elements 4, Unit 9
Spez. Fragen z. Kurs: 04245 95044

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Ernest Pokel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 19:00 Uhr
14 U-Tage, 28 U-Std., 75,60 €,
Kleingruppe: 85,60 €
Kursnummer: 02406005

English Cambridge - B2

Cambridge Advanced.
Es wird locker mit dem Cambridge Material gearbeitet, dabei findet Konversation ständig statt.
Lehrmittel: New Progress to first Certificate self - study Students ´s Book (Leo Jones - Cambridge Verlag)
Kein Unterricht in den Ferien!
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 252883

Stuhr, Ev. Gemeindehaus, Stuhrer Landstr. 142
Christine Müller
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 09:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 21406005

Konversations-Kurse

Let‘s speak English

Just for fun... - und ohne Leistungsdruck - frischen Sie Ihre Englisch-Kenntnisse auf. Durch Sprache und Bilder, Texte und das Darstellen von Situationen entdecken Sie, wie gut Sie Englisch sprechen und verstehen können. Schulenglisch reicht aus, um mitzumachen. Jede/r bringt ein, was er/sie kann. Mit viel Spaß und ohne Hemmungen trauen sich alle, ihre Sprachkenntnisse auszuprobieren und lernen Neues dazu.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 1708

Asendorf, „The English Centre“, Alte Heerstr. 53
Teresa Stelter-Diprose
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 18:00 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 81,00 €,
Kleingruppe: 91,00 €
Kursnummer: 04406009

Asendorf, „The English Centre“, Alte Heerstr. 53
Teresa Stelter-Diprose
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 18:00 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 81,00 €,
Kleingruppe: 91,00 €
Kursnummer: 04406008

Let‘s talk English - A2

Fortsetzung aus dem Herbstsemester. Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen sind willkommen.
Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die über verschüttete Grundkenntnisse verfügen und diese auffrischen und festigen möchten. Mit Hilfe lebendiger, realitätsbezogener Themen werden der Grundwortschatz und wesentliche grammatische Phänomene durch motivierende Methodenvielfalt vermittelt. Die Lernenden werden aktiv zur Mitarbeit und zum selbständigen Sprechen angeregt.
Ideal auch zur Reisevorbereitung.
Spez. Fragen z. Kurs: 04276 9636836

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Isabelle Brengues
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 22406002

English Conversation A2/B1

Just sit back and relax at an evening of easy conversation or perhaps a hot discussion! Geschlossene Gruppe, Einstieg nur nach Absprache mit der Kursleiterin.
Es entstehen ca. 2,00 € Skriptkosten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 17:45 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €,
Kleingruppe: 36,40 €
Kursnummer: 24406007

English Conversation and Literature - B1

Keep up your English skills while learning about the USA trough reading und discussion. We will also review some grammar und practice listening skills.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 1467

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Ursula Boggs
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 05406013

English Club 2 - B1

Wir reden in geselliger Runde über „everything you can think of“, short stories, aber auch ein wenig Grammatik. ... and all this with a cup of tea, of course.
Die neue Lektüre wird am 1. Unterrichtstag bekannt gegeben.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7695

Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Gavin Stuart Bryson
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 09:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 12406002

Easy Conservation - B1

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, Ihr Englisch in einer „relaxed atmosphere“ zu verbessern. Leichte Konversation, interessante Themen und gezielte Grammatikübungen sind Inhalte dieses Kurses.
Spez. Fragen z. Kurs: 0175 7612664

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Sarah Jaye Duyvestein
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:45 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 23406003

Relaxed English Conversation - B1

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, Ihr Englisch in einer „relaxed atmosphere“ zu verbessern. Leichte Konversation, interessante Themen und gezielte Grammatikübungen sind Inhalte dieses Kurses.

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Wendy Fried-Thiel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 17:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 23406002

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Wendy Fried-Thiel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 09:15 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 03406012

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Wendy Fried-Thiel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 10:40 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 03406013

Talk, talk, talk - British English B1

Conversation Course
We will talk about anything and everything in a friendly relaxed atmosphere. The topics of our conversation will be decided by the group. Grammar and vocabulary will be introduced in a supporting way when it es required.

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Wendy Fried-Thiel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 09:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 03406014

The Joy of English - B1

A conversation class taught by a native speaker. Here you can come and refresh your English. Each week we will be talking about different subjects and sharing our thoughts and ideas. We will be doing some grammar and listening tasks as well to improve your language skills. If you want to practice speaking English, join the course. Here´s the place to come and talk.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8060750

Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Jacqueline Schneider
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 19:15 Uhr
12 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 12406010

English Conversation - B1

Keep your English conversation skills fresh with us. We use games, films, newspaper articles and discussions on a wide range of topics to refresh and increase conversation skills in a relaxed and entertaining atmosphere.
Spez. Fragen z. Kurs: 04245 95044

Bassum, Schulzentrum Am Petermoor, Neubau
Ernest Pokel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 19:30 Uhr
14 U-Tage, 28 U-Std., 75,60 €,
Kleingruppe: 85,60 €
Kursnummer: 02406009

English Conversation - B1/B2

Refresh, improve and use your English! Monday night is English night - why don‘t you join us?
Lehrmaterial: In conversation B1/B2, Klett-Verlag; Spotlight, u.a.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 808681

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Inge-Marie Lohmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:45 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 03406003

English Conversation and Grammar - B2

In lockerer Atmosphäre werden aktuelle Themen besprochen, Texte und Geschichten gelesen. Dabei wird die Grammatik aufgefrischt.
Kein Unterricht in den Ferien!
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 252883

Stuhr, Ev. Gemeindehaus, Stuhrer Landstr. 142
Christine Müller
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 10:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 21406004

Sonstige Kurse

English A1 by Pop Songs

Pop Songs bieten uns die Grundlage für Unterhaltungen, Grammatikstrukturen und Redewendungen. Haben Sie Lust Englisch einmal anders zu lernen? Come on!
Unterrichtstage: Di. 05.02., 12.03., 09.04.13
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:15 Uhr
3 U-Tage, 6 U-Std., 13,20 €,
Kleingruppe: 18,20 €
Kursnummer: 03406002

Die markante Felsformation „The Old Man of the Store“ auf der Isle fo Skye

Englisch für die Reise

English for Tourists - A1

Leichtfortgeschrittene - Fortsetzungskurs
Mit Englisch kommen Sie in fast jedem Land klar. Sie verstehen viel, aber trauen sich nicht zu sprechen? In diesem Kurs behandeln wir die am häufigsten verwendeten Ausdrücke, die Sie im Urlaub brauchen: z. B. Flughafen, Hotel, Restaurant, Essen und Trinken, Sightseeing, Verkehr usw. Es soll Spaß bereiten und Ihr Selbstbewusstsein beim Sprechen stärken.
Einstieg nur nach Rücksprache mit der Kursleiterin möglich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 19:30 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €, Kleingruppe: 36,40 €. Scriptkosten ca. 2,00 €.
Kursnummer: 24406003

English for Tourists - A2

Fortsetzungskurs für Teilnehmende, die bereits mehrere Kurse besucht haben. Einstieg nur nach Absprache mit der Kursleiterin. Skriptkosten ca. 2,00 €.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 19:00 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €, Kleingruppe: 36,40 €
Kursnummer: 24406005

Blarney - Englisch für die Reise - A2/B1

Blarney ist das anglo-irische Wort für Redegewandtheit. Und ein Herrensitz, der eine der größten Touristenattraktion Irlands geworden ist. Damit Ihnen während Ihrer Reise auf eine der englischsprachigen Inseln nicht die Worte fehlen, wird in diesem Sprachkurs vor allem das Sprechen und das Verstehen authentischer Hörtexte trainiert. Dazu werden ausführlich die ‚false friends' behandelt, jene falschen Freunde, die uns im Englischen das Leben besonders schwer machen.
Inhaltlich orientiert sich der Kurs an landeskundlichen und alltäglichen Themen. Die Schwerpunkte können die Teilnehmenden mit gestalten. Die Basis für Gespräche bilden englischsprachige Videos, Radiobeiträge und Printmedien. Ein Lehrbuch wird nicht verwendet - aber Karteikarten, evtl. Tageszeitungen, Zeitschrift, Taschenbuch müssen evtl. angeschafft werden.
Weitere Termine: 25.05., 08.06., 22.06.13.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 7943784

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Sven Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 11.05.13, 09:00 Uhr
4 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €, Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 23406001

Bildungsurlaub

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Sven Richter
Anmeldung bis 14.09.2013
Mo, 14.10.13, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 95,00 €, Kleingruppe: 105,00 €, Kleinstgruppe (5 -6 Pers.): 120,00 €, inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: 00406003

Wochenendseminar

Englisch für den Urlaub

Englisch ist eine Weltsprache. Auf schnelle und einfache Art und Weise lernen Sie die wichtigsten Urlaubssituationen kennen. Der Urlaub kann kommen.
2. Termin: So., 9.06., 10 - 14 Uhr;
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Ines Prade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 08.06.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 22,00 €, Kleingruppe: 27,00 €
Kursnummer: 04406001

Englisch für den Beruf

Business English - A2/B1

Spez. Fragen z. Kurs: 0175 7612664

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Sarah Jaye Duyvestein
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €, Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 23406004

White Park Baye - Ireland

telc Englisch-Prüfung - B1

in Kooperation mit verschiedenen Schulen im Landkreis Diepholz

In einem Grenzen überschreitenden Europa werden Fremdsprachenkenntnisse für Schülerinnen und Schüler immer wichtiger. Mit dem Erwerb eines europäischen Sprachenzertifikates erweitern die Jugendlichen ihre sprachlichen Erfahrungen und verbessern ihre Zukunftschancen deutlich. Ein Zertifikat von telc – language tests gewährleistet nationale und internationale Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse.

Das telc Schulprogramm bietet speziell angepasste Prüfungen, die ausdrücklich für die besonderen Bedürfnisse und Interessen von Schülerinnen und Schülern entwickelt wurden. Genau wie alle modernen Fremdsprachen-Lehrwerke für Schulen orientieren sich unsere Tests am kommunikativen Ansatz und den Kann-Beschreibungen des Gemeinsamen europäischen Referenzrahmens für Sprachen.

telc Zertifikate für Schülerinnen und Schüler

- werten die Bewerbungsunterlagen auf und erhöhen die Zukunftschancen, da immer mehr Hochschulen und Arbeitgeber einen unabhängigen Nachweis von Fremdsprachenkenntnissen erwarten.
- ergänzen das Schulzeugnis und beweisen Engagement der Jugendlichen.
- dokumentieren Erfolge beim Sprachenlernen, z. B. in einer Sprachen-AG.
- orientieren sich inhaltlich an der Lebenswelt der Jugendlichen: Der Praxisbezug bringt Spaß am Unterricht und motiviert zum Sprechen.

Kontakt: Heide Sanders, VHS des Landkreises Diepholz, Tel. 04242 976-4073

Prüfungen der University of Cambridge ESOL Examinations

Jährlich legen über 1,75 Millionen Kandidaten in 135 Ländern die Prüfungen ab. Die Cambrigde ESOL Prüfungen sind weltweit bekannt und werden von Bildungseinrichtungen und von Firmen als Nachweis qualifizierter Sprachkenntnisse anerkannt.

Termine, Information und Anmeldung über die VHS: Jacqueline Schneider Tel. 0179 4585288

Prüfung	Termine schriftlich	Anmeldeschluss	Prüfungsgebühr VHS-Teiln./Externe
General English			
Preliminary English Test (PET)	16.03.2013 06.06.2013	30.01.2013 24.04.2013	€ 109,00 / 119,00
First Certificate in English (FCE)	09.03.2013 08.06.2013 sowie 11.06.2013	16.01.2013 10.04.2013	€ 158,00 / 168,00
Certificate in Advanced English (CAE)	06.03.2013 12.06.2013	16.01.2013 10.04.2013	€ 169,00 / 179,00
Certificate o fProficiency in English (CPE)	09.03.2013 13.06.2013	16.01.2013 10.04.2013	€ 176,00 / 186,00

Bildung auf Bestellung...

... für Firmen, Institutionen und Einzelpersonen

Haben Sie Qualifizierungs- oder Trainingsbedarf in bestimmten Bereichen, z. B. EDV, Sprachen? Wir bieten Ihnen - auch kurzfristig - speziell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Schulungen.

Sprechen Sie uns an: Tel. 04242 976-4074

Finnisch

Wir arbeiten mit diesem Lehrwerk:
Yksi, kaksi, kolme; Hempen-Verlag,
ISBN 3-934106-23-4

Finnisch 9 - A2

„Yksi, kaksi, kolme“ Band 2, ab Lektion 7
Spez. Fragen z. Kurs: 04241 970876

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Sari Alkio
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 23407003

Bildungsurlaub

Französisch einmal anders lernen - A1

Die französische Sprache in Theorie und Praxis erleben - in Alltagssituationen sprechen, lesen und schreiben. Dieser Bildungsurlaub ist in Bremen für Vollzeitbeschäftigte, in Niedersachsen für Teilzeitbeschäftigte anerkannt. Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen.
Mo - Fr. jeweils 09:00 - 15:15 Uhr,
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Anmeldung bis 16.09.2013
Mo, 14.10.14, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 35 U-Std., 115,00 €,
Kleingruppe: 125,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 145,00 € inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: T00408001

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Mo, 27.01.14, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 35 U-Std., 115,00 €,
Kleingruppe: 125,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 145,00 € inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: T00408002

Französisch z. Kennenlernen 1- A1

Spez. Fragen z. Kurs: 04258 92026

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Hannelore Wulfers-Pilz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 27.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 20,80 €,
Kleingruppe: 25,80 €
Kursnummer: 04408001

Französisch

Wir arbeiten mit der Lehrwerkreihe „Voyages“ vom Klett Verlag:

Band 1 = ISBN 3-12-529276-5,
Band 2 = ISBN 3-12-529278-9,
Band 3 = ISBN 3-12-529280-2

In Veranstaltungen „Französisch für den Urlaub“ setzen wir das Buch vom Klett-Verlag ein:

Französisch für den Urlaub, ISBN 3-12-528825-6

Französisch 1 mit Muße - A1

In entspannter Atmosphäre lernen wir Frankreich und seine wundervolle Sprache kennen, um verschiedene Urlaubssituationen meistern zu können.
Lehrwerk: Voyage 1, Lektion 1
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 20:00 Uhr
17 U-Tage, 34 U-Std., 74,80 €,
Kleingruppe: 84,80 €
Kursnummer: 03408601

Französisch 1 - A1

Der Kurs führt in die schöne französische Sprache ein.
Wir wollen in konkreten Sprechsituationen einen Grundwortschatz erlernen und ein Fundament schaffen, auf dem Interessierte später aufbauen können. Erste Konversationsübungen werden helfen, sich in Alltagssituationen zurechtzufinden. - Für Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04276 9636836

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Isabelle Brengues
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 18:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 22408002

Französisch 9 - A1

Lehrwerk: Voyages 1, ab Unité 11.
Die französische Sprache in Theorie und Praxis erleben - über Alltagssituationen sprechen, schreiben und lesen.
Leichte Konversationen, interessante Themen und gezielte Grammatikübungen sind Inhalte dieses Kurses. Er bietet auch Schulabgängern eine Gelegenheit, Grammatikkenntnisse aufzufrischen bzw. zu festigen und diese sinnvoll anzuwenden.
Für Teilnehmende mit guten bis soliden
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 874

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Christine Jahnel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 04408003

Französisch - A2

Die französische Sprache in Theorie und Praxis erleben - über Alltagssituationen sprechen, schreiben und lesen.
Leichte Konversationen, interessante Themen und gezielte Grammatikübungen sind Inhalte dieses Kurses. Er bietet auch Schulabgängern eine Gelegenheit, Grammatikkenntnisse aufzufrischen bzw. zu festigen und diese sinnvoll anzuwenden.
Für Teilnehmende mit guten bis soliden Grundkenntnissen der französischen Sprache.
Spez. Fragen z. Kurs: 04276 9636836

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Isabelle Brengues
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 22408001

Französisch 10 - A2

Lehrwerk: Voyages 2, ab Unité 11
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 874
Bassum, Schulzentrum Am Petermoor, Neubau
Christine Jahnel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 02408002

Le Diplôme d'Etudes de Langue Française (DELF) - scolaire et junior

DELF ist ein international anerkanntes französisches Sprachzertifikat. Es kann zurzeit in 125 verschiedenen Ländern auf der ganzen Welt - bald in 15 weiteren Ländern - abgelegt werden. Die Anmeldung für das Zertifikate DELF steht allen Personen offen, die keine französischen Staatsbürger sind.

DELF ist nach der Kommunikativen Methode konzipiert. Der Erwerb des Diploms erfolgt auf der Basis von einzelnen Bausteinen verschiedener Sprachniveaus und -kompetenzen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Die DELF-Prüfungen bietet die VHS in Diepholz und Syke an. Prüfungsräume: „Alte Posthalterei", Nienburger Str. 5, 28857 Syke; „Alte Realschule", Bahnhofstr. 11, 49356 Diepholz.

Anmeldungen bei der VHS des Landkreises Diepholz, Nienburger Str. 5, 28857 Syke
Ewald Fiedler, Tel. 04242 976-4076, E-Mail: ewald.fiedler@vhs-diepholz.de

Prüfungsgebühren: A1: 30,00*, A2: 45,00*, B1: 55,00*, B2: 75,00* / C1:120,00

Prüfungstermine auf Anfrage. Weitere Auskünfte erhalten Sie unter Tel. 04242 976-4076 - Ewald Fiedler, der Sie auch gern berät.

_____

*) Entgelt für Schülerinnen und Schüler

Französisch - Gespräche - B1

Für Interessierte mit mittleren bis guten Kenntnissen. In netter, angenehmer Runde werden ohne Stress vorhandene Kenntnisse mit leichter bis mittelschwerer Lektüre, Alltagskonversation und einem Schuss Grammatik aufgefrischt und vertieft. Die Veranstaltung ist für jedes Alter geeignet.

Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Elaine Langhof
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 09:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 12408001

Französisch Konversation - B2

Ce cours s´adresse à des personnes de bon niveau désirant s´exprimer librement en français. Nous discuterons de thèmes actuels, sans oublier de parler - de temps en temps - de grammaire.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 874

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Christine Jahnel
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 21.02.13, 08:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 23408001

Französisch Konversation - (Ré)activez votre francais - B1

Lesen - hören - sprechen - lachen! In der Gruppe macht`s mehr Spaß. Wir wollen alte Kenntnisse auffrischen oder vor dem Vergessen bewahren, für eine Reise oder eine Begegnung mit Franzosen gerüstet sein, uns über das Nachbarland informieren. Wir haben ein Lehrbuch, nutzen aber auch aktuelles Material. Trotz unterschiedlichem Kenntnisstand gibt`s Erfolgserlebnisse für jede/-n Teilnehmer/-in.
Spez. Fragen z. Kurs: 04271 3136

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Wiese
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 17:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 22408003

Lire et discuter - B1

Es werden Texte zu aktuellen Themen aus Politik, Kultur und dem französischen Alltag erarbeitet und diskutiert.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 560623

Stuhr-Varrel, Gutshaus, Varreler Feld
Brigitte Helbig
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 09:00 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 81,00 €,
Kleingruppe: 91,00 €
Kursnummer: 21408003

Französisch - Lektüre und Grammatik - B1/B2

Ce cours s'adresse aux personnes qui désirent faire le premier pas vers la lecture tout en révisant quelques questions de grammaire.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 560623

Stuhr-Varrel, Gutshaus Varrel, Varreler Feld
Brigitte Helbig
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 11:00 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 81,00 €,
Kleingruppe: 91,00 €
Kursnummer: 21408005

Französisch Konversation - B1

Vous avez d'assez bonnes connaissances en français et vous avez envie de parler, lire et faire un peu de grammaire, alors venez vous entraîner dans notre cours! Pour enrichir votre vocabulaire et vos connaissances.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 09:30 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 81,00 €,
Kleingruppe: 91,00 €
Kursnummer: 03408006

Wochenendseminar

Französische Grammatik für Abiturienten/-innen und Oberstufenschüler/-innen

Crashkurs am Wochenende
Dieser Kurs richtet sich an Schüler/-innen aus Grund- und Leistungskursen, die mit Spaß und unterschiedlichen Materialien die französische Sprache und ihre Grammatik wiederholen möchten. Die Dozentin geht auf spezielle Wünsche der Teilnehmenden ein.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 10:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 26,40 €, Kleingruppe: 36,40 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 03408001

Griechisch

Wir arbeiten mit diesem Lehrwerk: Jassu!, Klett-Verlag, ISBN 528890-4

Griechisch 2 - A1

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 232679

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Alkiviadis Spyrou
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 23412001

Tagesseminar

Italienisch zum Kennenlernen - A1

Lehrwerk: Italienisch für den Urlaub.
Wer Spaß an der italienischen Sprache hat, kann hier den Umgang mit wichtigen Alltagssituationen (im Restaurant, im Hotel, beim Einkaufen etc.) kennen lernen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Italienisch

Wir arbeiten mit der Espresso-Reihe, Hueber Verlag:

Band 1 = ISBN 3-19-005438,
Band 2 = ISBN 3-19-5439,
Band 3 = ISBN 3-19-5440.

In Veranstaltungen „Italienisch für den Urlaub“ setzen wir das Lehrwerk vom Klett-Verlag ein:
Italienisch für den Urlaub, ISBN 3-12-525315-5

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 7,50 € inkl. Pausenkaffee; zzg. Kosten für das Lehrwerk.
Kursnummer: 03409006

Bildungsurlaub

Italienisch einmal anders lernen - A1

Bella Italia mit seiner wunderschön klingenden Sprache lernen Sie hier kennen. In einer Kombination aus theoretischen und praktischen Anwendungen lernen Sie, sich u.a. im Restaurant, im Hotel oder beim Einkauf zurechtzufinden. Dieser Bildungsurlaub ist in Bremen für Vollzeitbeschäftigte, in Niedersachsen für Teilzeitbeschäftigte anerkannt. Für Interessierte ohne Vorkenntnisse.
Mo. - Fr. jeweils 09:00 - 15:15 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Anmeldung bis 18.02.2013
Mo, 18.03.13, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 35 U-Std., 115,00 €, Kleingruppe: 125,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 145,00 € inkl. Pausenkaffee zzgl. Kosten für Exkursion und Essen.
Kursnummer: 00409004

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Anmeldung bis 09.09.2013
Mo, 07.10.13, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 35 U-Std., 115,00 €, Kleingruppe: 125,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 145,00 € inkl. Pausenkaffee zzgl. Kosten für Exkursion und Essen.
Kursnummer: T00409005

Bildungsurlaub

Italienisch 1 - A1

Schnell und einfach lernen Sie die italienische Sprache kennen, um sich gut in Italien zurechtzufinden. In einer Kombination aus theoretischen und praktischen Anwendungen werden verschiedene Themen anhand unterschiedlicher Materialien und Methoden bearbeitet.
Dieser Bildungsurlaub ist in Bremen für Vollzeitbeschäftigte, in Niedersachsen für Teilzeitbeschäftigte anerkannt. Für Interessierte ohne Vorkenntnisse.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Anmeldung bis 27.05.2013
Mo, 24. - Fr, 28.06.13, jeweils 9 - 15:15 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 95,00 €, Kleingruppe: 105,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 120,00 € inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: 00409005

Italienisch 1 mit Muße - A1

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen. In einer entspannten Atmosphäre lernen wir mit unterschiedlichen Materialien verschiedene Urlaubssituationen sowie Italien mit seiner kulturellen Tradition kennen.
Lehrwerk: Espresso 1,
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 09:30 Uhr
17 U-Tage, 34 U-Std., 74,80 €,
Kleingruppe: 84,80 €
Kursnummer: 03409602

Italienisch zum Auffrischen - A1

Zum Wiedereinstieg nach einer längeren Pause. Für Teilnehmende, die bereits die Lektionen 1 - 10 in den Lehrwerken Espresso 1 oder Bonjourno 1 behandelt haben.

Fr. 16:00 - 20:00 Uhr; Sa. 09:30 - 13:30 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 591005

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Maddalena Kloppert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 16:00 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., 22,00 €,
Kleingruppe: 27,00 €
Kursnummer: 05409001

Italienisch einmal anders lernen - A1

Die italienische Sprache in Theorie und Praxis erleben - in Alltagssituationen sprechen, lesen und schreiben.
Für Interessierte ohne Vorkenntnisse.
Weitere Termine: So., 14.04., Sa., 27.04., So., 28.04., jeweils von 10 - 15 Uhr;
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Ines Prade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 13.04.13, 10:00 Uhr
4 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €, Kleingruppe: 62,80 €, inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 04409004

Italienisch 2 - A1

Lehrwerk: Espresso 1, ab Lektion 3;
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 39840

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Katja Terrasi
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 17:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 04409001

Italienisch 2 - A1

Lehrwerk: Espresso 1; ab Lektion 4
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 591005

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Maddalena Kloppert
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 05409000

Italienisch 2 - A1

Für alle, die sehr geringe Vorkenntnisse in der italienischen Sprache (ein Semester) haben. Wir wollen mit viel Spaß, verschiedenen Übungen, Dialogen und Sprachlernspielen Schritt für Schritt diese Sprache vertiefen. Außerdem lernen Sie einiges über das Land und die Leute.
Lehrwerk: Espresso 1; ab Lektion 3.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8356263

Weyhe-Kirchweyhe, Bildungsstätte „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Magdalena Kulfan
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 20:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 12409003

Italienisch 3 - A1

Lehrwerk: Espresso 1, ab Lektion 5.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 39840

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Katja Terrasi
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 03409001

Italienisch 4 - A1

Frühstücken Sie gerne spät und lieben Sie die italienische Sprache? In der Woche haben Sie keine Zeit? Bei uns sind Sie richtig! In unserer netten Runde können Sie das alles haben.
Lehrwerk Espresso 1, ab Lektion 4
Die weiteren Termine: 02.03., 06.04., 04.05., 01.06., 22.06.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Ines Prade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 10:00 Uhr
6 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €, Kleingruppe: 62,80 €, inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 04409002

Italienisch 6 - A2

Lehrwerk: Espresso 2, ab Lektion 1.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 39840

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Katja Terrasi
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 19:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 03409002

Italienisch 10 - A2

Für alle, die ihre Kenntnisse in der italienischen Sprache vertiefen wollen und dabei mit viel Spaß, verschiedenen Übungen, Sprachlernspielen und Dialogen mehr über Land und Leute erfahren wollen.
Lehrwerk: Espresso 2 und Zusatzübungen, ab Lektion 9.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8356263

Stuhr-Seckenhausen, Bildungsstätte, Hauptstr. 48
Magdalena Kulfan
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 20:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 12409005

Italienisch 12 - A2

Sie sprechen gut Italienisch und möchten diese wundervolle Sprache weiter vertiefen? In diesem Kurs stehen Alltagssituationen und die Freude am gemeinsamen Lernen im Mittelpunkt.
Lehrwerk: Espresso 2, ab Lektion 6.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8783581

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ines Prade
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:30 Uhr
17 U-Tage, 34 U-Std., 74,80 €,
Kleingruppe: 84,80 €
Kursnummer: 03409003

Italienisch Konversation 2 - B1

Questo corso e`indirizzato alle persone con un buon livello della lingua italiana. La conoscenza viene approfondita ed ampliata attraverso i testi, l`ascolto, articoli di giornali e conversazione.
Lehrwerk: A voi la parola, Klett-Verlag; ab Lektion 1
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8356263

Weyhe-Kirchweyhe, Bildungsstätte „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Magdalena Kulfan
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 18:15 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 64,80 €,
Kleingruppe: 74,80 €
Kursnummer: 12409002

Japanisch

Japanisch 7 - A1

Lehrbuch: Genki, Vol. 1, Lektion 8.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 81963

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Noriko Matsui-van Lessen
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:15 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 66,00 €,
Kleingruppe: 76,00 €
Kursnummer: 05410002

Lettisch

Lettisch für den Urlaub - A1

Einführung in die lettische Sprache, um sich in typischen Alltagssituation ein wenig zurechtzufinden. Diese Veranstaltung richtet sich an alle, die sich erstmals mit der Sprache befassen und an Interessierte, die bereits „leichte“ Vorkenntnisse haben und diesen Basiswortschatz festigen möchten.
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 6302

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.2, Bahnhofsplatz
Anita Balode-Butt
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.03.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 12426002

Niederländisch

Wir arbeiten mit diesem Lehrwerk: Welkom! Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-528880-5.

Niederländisch - A1

Niederländisch für Erwachsene, aber auch für Abiturienten/Abiturientinnen, die zukünftig in den Niederlanden studieren wollen. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 893150

Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Adrie Bakker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 12414001

Niederländisch 8 - A2

Für Interessierte (mit Vorkenntnissen), die gerne wieder Niederländisch lesen, sprechen und etwas mehr über die niederländische Kultur erfahren wollen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 893150

Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Adrie Bakker
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 20:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 12414002

Norwegisch

Wir arbeiten mit dem Lehrwerk Norsk for deg: in neuen Veranstaltungen vom Klett-Verlag, ISBN 528920, in laufenden Veranstaltungen Verlag Inke Hach (Eigenverlag).

Crash-Kurs Norwegisch

Wochenendseminar
Das Land der Fjorde, Seen und Gletscher bietet nicht nur für naturverbundene Urlauber/-innen unvergessliche Erlebnisse, sondern ist auch aufgrund der sehr guten Arbeits- und Lebensbedingungen zunehmend für Arbeitssuchende von Interesse. Dieses Seminar soll Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse einen Einstieg in die Sprache unserer nördlichen Nachbarn ermöglichen und sie mit den kulturellen und vielfältigen landeskundlichen Besonderheiten bekannt machen.
Spez. Fragen zum Kurs: 0421-6930296
Uhrzeiten: Sa., 15:00 - 20:00 Uhr,
So., 11:00 - 17:45 Uhr.
Wir empfehlen, für die Pausen Verpflegung mitzubringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 6930296

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Wolfgang Möller
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 27.04.13, 15:00 Uhr
2 U-Tage, 14 U-Std., 34,00 €, Kleingruppe: 44,00 €, inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: 21415001

Norwegisch Konversation - B1

Stuhr-Moordeich, Lise-Meitner-Schule, Raum E 1.8
Tore Malmberg
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 20:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 21415007

Polnisch

Wir arbeiten mit dem Lehrwerk RAZEM, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-528840-9.

Polnisch 1 - A1

Razem, Lektion 1
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7840668

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Danuta Masche
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 23417000

Polnisch 1 - A1

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse.
Spez. Fragen z. Kurs: 05443 8788

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Eva Scharfenberg
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 05417001

Polnisch 1 - A1

Für Interessierte mit geringen und ohne Vorkenntnisse.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 1541

Bruchhausen-Vilsen, BUND-Umweltzentrum, Lange Str. 5
Marlies Kleemeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 04417001

Polnisch 3 - A1

Razem ab 5. Lektion
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7840668

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Danuta Masche
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 23417001

Portugiesisch

Wir arbeiten mit diesen Lehrwerken:

Europäisches Portugiesisch (in neuen Kursen)
Olá Portugal!, ISBN 3-12-528940-6 (Niveaustufen A1 - A2), Klett-Verlag.

In bereits laufenden Veranstaltungen können die bisherigen Lehrwerke zunächst vollständig erarbeitet werden:

Fortgeschrittene: Vamos ver, ISBN 3-19-005184-4, Hueber Verlag.

Brasilianisches Portugiesisch
Oi Brasil, ISBN 3-19-005420-6 (Niveaustufen A1 - A2), Hueber Verlag.

Brasilianisches Portugiesisch 1 - A1

Es wird die aktuelle Variante des brasilianischen Portugiesisch vermittelt, aber auch die Unterschiede zu dem europäischen Portugiesisch. Systematisch wird die sprachliche Handlungsfähigkeit in wichtigen Alltagssituationen entwickelt.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 1788998

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.2, Bahnhofsplatz
Margareth Hohmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.03, 19:30 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 66,00 €,
Kleingruppe: 76,00 €
Kursnummer: 12418001

Brasilianisches Portugiesisch 4 - A2

Es wird die aktuelle Variante des brasilianischen Portugiesisch vermittelt. Die Teilnehmenden erhalten einen Einblick in die kulturelle Vielfalt Brasiliens. Systematisch wird die sprachliche Handlungsfähigkeit in wichtigen Alltagssituationen entwickelt. Die Veranstaltung ist auch für Interessierte geeignet, die das europäische Portugiesisch kennen lernen möchten.
Lehrwerk: Oi Brasil, ab Lektion 14.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 1788998

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.2, Bahnhofsplatz
Margareth Hohmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 18:00 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 66,00 €,
Kleingruppe: 76,00 €
Kursnummer: 12418004

Portugiesisch für die Reise 1 - B1

Lehrwerk: Vamos Ver, ab Lektion 10.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 1788998

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.2, Bahnhofsplatz
Margareth Hohmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 19:00 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 81,00 €,
Kleingruppe: 91,00 €
Kursnummer: 12418002

Russisch

Wir arbeiten mit der Most-Reihe, Klett Verlag:

Anfänger/-innen: Most 1 - Neubearbeitung, ISBN 3-12-527550-8,
Fortgeschrittene: Most 2, ISBN 3-12-527560-7.

Russisch 2 - A1

Ab Lektion 8.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253 801702

Bruchhausen-Vilsen, BUND-Umweltzentrum, Lange Str. 5
Elisabeth Till
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 04419001

Schwedisch

Wir arbeiten mit diesen Lehrwerken:

Tala svenska, Groa-Verlag, Neuauflage, ISBN 3-933119-01-08 (Band 1, Niveaustufe A1),

ISBN 3-933119-02-05 (Band 2, Niveaustufe A2),

Jasa! - Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-005448 (Niveaustufe B1)

Schwedisch 1 - A1

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse.
Spez. Fragen z. Kurs: 05447 1500

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Dr. Leena Hartkemeier gen. Sander
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 18:00 Uhr
16 U-Tage, 32 U-Std., 70,40 €,
Kleingruppe: 80,40 €
Kursnummer: 05420001

Schwedisch 3 - A1

Lehrbuch: Tala Svenksa 1, ab Kapitel 7
Spez. Fragen z. Kurs: 05447 1500

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Dr. Leena Hartkemeier gen. Sander
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 19:30 Uhr
16 U-Tage, 32 U-Std., 70,40 €,
Kleingruppe: 80,40 €
Kursnummer: 05420000

Schwedisch 8 - A2

Lehrwerk: Tala svenska 2, Neuauflage, ab ca. Lektion 13
Neue Teilnehmer/-innen sind herzlich willkommen, denn dieser Kursus ist auch sehr gut geeignet für Interessierte, die sich schon einmal mit der Sprache befasst und Basiskenntnisse haben.
Spez. Fragen z. Kurs: 04253800388

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Niklas Tinnefeld
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 19:15 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 66,00 €,
Kleingruppe: 76,00 €
Kursnummer: 04420002

Spanisch

Wir arbeiten in neuen Kursen mit diesen Lehrwerken, Klett-Verlag:

Con gusto, Band 1 = ISBN 3-12-514980-9
Con gusto, Band 2 = ISBN 3-12-514990-8
Con gusto, Band 3 = ISBN (erscheint im Frühjahr 2012)

In weiterführenden Kursen können die bisherigen Caminos-Lehrwerke zunächst vollständig bearbeitet werden.

In Veranstaltungen „Spanisch für den Urlaub“ setzen wir ein:
Spanisch für den Urlaub, Klett Verlag,
ISBN 3-12-514265-7

Bildungsurlaub

Spanisch für den Alltag - A1

Willkommen in der spanischen Welt:
In diesem BU für Interessierte ohne Vorkenntnisse lernen Sie, vertraute, alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze in alltäglichen Situationen auf Spanisch zu verstehen und zu verwenden.
Dieser Bildungsurlaub ist in Bremen für Vollzeitbeschäftigte, in Niedersachsen für Teilzeitbeschäftigte anerkannt.
Mo. - Fr. jeweils 09:00 - 14:30 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8094750

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 06.05.2013
Mo, 03.06.13, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 95,00 €,
Kleingruppe: 105,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 120,00 €, inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: 00422004

Bildungsurlaub

Spanisch 3 - A2

Dieser Bildungsurlaub ist in Bremen für Vollzeitbeschäftigte, in Niedersachsen für Teilzeitbeschäftigte anerkannt. Für Interessierte mit Vorkenntnissen.
Lehrwerk Caminos 1 neu: gezieltes Wiederholen der Unidad 8, Erarbeiten der Unidades 9 - 11.
Mo. - Fr. jeweils 09:00 - 14:30 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8094750

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 18.02.2013
Mo, 18.03.13, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 95,00 €,
Kleingruppe: 105,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 120,00 €, inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: 00422005

Spanisch 1 mit Muße - A1

Spanisch für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse. Lernen Sie Spanisch in einer entspannten Atmosphäre.
Lehrwerk: Con gusto 1
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8094750

Stuhr-Seckenhausen, Bildungsstätte, Hauptstr. 48
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 09:00 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 66,00 €,
Kleingruppe: 76,00 €
Kursnummer: 03422001

Spanisch für Ältere 3 - A1

Für Teilnehmer/-innen, die ihre Spanischkenntnisse auffrischen und weiter ausbauen möchten.
Lehrwerk: Con gusto, Unidad 4.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7936

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Josefa Schröder
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 09:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 23422603

Spanisch für den Urlaub - A1

Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7936

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Josefa Schröder
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 05.04.13, 17:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 04422009

Spanisch für den Urlaub - A1

Sie möchten im Urlaub im Restaurant bestellen, die passende Größe und Farbe beim Einkaufen bekommen, sich in der Apotheke richtig ausdrücken oder im Hotel eine Exkursion buchen und, und, und ...? dann besuchen Sie diesen Kurs. Mit lustigen Rollenspielen werden wir die Situationen darstellen.
Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen. Wiedereinsteiger/-innen sind willkommen, bei Fragen bzgl. der Vorkenntnisse wenden Sie sich bitte an die Kursleiterin.
Spez. Fragen z. Kurs: 0157 75051998

4 Samstage: 04.05., 11.05., 18.05., 25.05.13, 09:00 - 12:15 Uhr
Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.2, Bahnhofsplatz
Nubia Salame
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 04.05.13, 09:00 Uhr
4 U-Tage, 16 U-Std., 38,00 €,
Kleingruppe: 48,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 12422002

4 Samstage: 06.04., 13.04., 20.04., 27.04.13, 09:00 - 12:15 Uhr
Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 3
Nubia Salame
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.04.13, 09:00 Uhr
4 U-Tage, 16 U-Std., 38,00 €,
Kleingruppe: 48,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 23422004

Spanisch für den Urlaub 2 - A1

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen.
4 Samstage: 02.02., 09.02., 09.03., 16.03.13, 09:00 - 12:15 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 0157 75051998

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 2.2, Bahnhofsplatz
Nubia Salame
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 02.02.13, 09:00 Uhr
4 U-Tage, 16 U-Std., 38,00 €,
Kleingruppe: 48,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 12422001

Spanisch 1 - A1

Lehrwerk: Con gusto 1; für Interessierte ohne Vorkenntnisse.
Spez. Fragen z. Kurs: 04222 70129

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
José Anibal Velásque Cruz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:45 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 66,00 €,
Kleingruppe: 76,00 €
Kursnummer: 03422002

Spanisch 1 - A1

Lehrwerk: Con gusto 1; für Interessierte ohne Vorkenntnisse.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Maria Soledad Berghoff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 09:00 Uhr
17 U-Tage, 34 U-Std., 74,80 €,
Kleingruppe: 84,80 €
Kursnummer: 03422005

Spanisch für Anfänger - A1

Für alle, die in einer entspannten Atmosphäre Spanisch lernen möchten. Die Teilnehmer/innen erhalten Einblicke in die kulturelle Vielfalt Südamerikas. Systematisch wird die sprachliche Handlungsfähigkeit in wichtigen Alltagssituationen entwickelt.
Lernwerk: Con gusto A1, Klett-Verlag
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7936

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Josefa Schröder
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 23422604

Spanisch 1 - A1

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse.
Lehrwerk: Con gusto 1.
Spez. Fragen z. Kurs: 04277 963163

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Manfred Pfahl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 24422001

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Manfred Pfahl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 18:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 22422001

Spanisch 1 - A1

Spanien ist bei uns ein beliebtes Urlaubsland. Für die, die dort nicht nur in der Sonne braten wollen, sondern auch mal Land und Leute entdecken möchten, ist es hilfreich, zumindest einige Grundkenntnisse in der Landessprache zu haben. Dieser Kursus vermittelt neben den sprachlichen Grundlagen auch landeskundliche Informationen und stimmt auf die Kultur ein.
Lehrwerk: Con Gusto A1, ab Unidad 1
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 992980

Barnstorf, Christian-Hülsmeyer-Schule, Block C
Maria Wohlgemuth-Diaz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.03.13, 20:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 01422002

Spanisch 2 - A1

Für Teilnehmer, die ihre Spanischkenntnisse auffrischen und weiter ausbauen möchten.
Lehrwerk: Con gusto A1, a parlir de unidad 4.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8099022

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Corina Oehmichen-Pfähler
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 19:40 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 66,00 €,
Kleingruppe: 76,00 €
Kursnummer: 23422003

Spanisch 2 - A1

Lehrwerk: Con gusto 1, Unidad 5; für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen.
Spez. Fragen z. Kurs: 04277 963163

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Manfred Pfahl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 19:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 22422002

Spanisch 2 - A1

Lehrwerk: Con Gusto A1, Unidad 5
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 992980

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Maria Wohlgemuth-Diaz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 20:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 05422002

Spanisch 2 - A1

Lehrwerk Con gusto 1, Unidad 2.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 7936

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Josefa Schröder
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 10:00 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 04422010

Spanisch 3 - A1

Spanien ist bei uns ein beliebtes Urlaubsland. Für die, die dort nicht nur in der Sonne braten wollen, sondern auch Land und Leute entdecken möchten, ist es hilfreich, zumindest einige Grundkenntnisse der Landessprache zu haben. Neben den sprachlichen Grundlagen werden auch landeskundliche Themen angesprochen.
Die Teilnahme am Kurs setzt Grundkenntnisse voraus. Teilnehmende, die jetzt einsteigen möchten und nicht die vorhergehenden Kurse besucht haben, setzen sich bitte vorher mit der Dozentin in Verbindung.
Lehrwerk: Con Gusto A1, ab Unidad 8
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 992980

Barnstorf, Christian-Hülsmeyer-Schule, Block C
Maria Wohlgemuth-Diaz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.03.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 01422001

Spanisch 4 - A1

Lehrbuch: Caminos 1 neu, ab Unidad 7 b
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 992980

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Maria Wohlgemuth-Diaz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 19.02.13, 18:30 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 05422001

Spanisch 7 - A1

Der Kurs ist ideal für diejenigen, die ihren Ausdruck und ihre Aussprache trainieren möchten. Neben der Erweiterung des Wortschatzes und der Verbesserung der Satzbildung steht die spanische Kommunikation im Vordergrund.
Lehrwerk: Caminos 1 neu, ab Unidad 10.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8094750

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 18:00 Uhr
13 U-Tage, 26 U-Std., 57,20 €,
Kleingruppe: 67,20 €,
Kursnummer: 03422003

Spanisch 9 - A1

Lehrwerk: Con Gusto 2, ab Unidad 1
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 926093

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Dietmar Steinke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 44,00 €,
Kleingruppe: 54,00 €
Kursnummer: 05422006

Spanisch 8 - A2

Lehrwerk: Con Gusto A2, ab Unidad 3
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 992980

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Maria Wohlgemuth-Diaz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 28.02.13, 19:00 Uhr
12 U-Tage, 24 U-Std., 52,80 €,
Kleingruppe: 62,80 €
Kursnummer: 05422005

Bildungsurlaub

Hablamos espanol! - A2

Wir unterhalten uns über aktuelle Themen, lesen Zeitungsartikel und kürzere literarische Texte. Dabei wiederholen und üben wir schwierigere grammatische Strukturen (perfecto, imperfecto, indefinido oder gar subjuntivo). Auf diese Weise lernen Sie nicht nur Artikel und Kommentare politischer und kultureller Art zu lesen und zu verstehen, sie lernen auch, sich so fließend und spontan zu verständigen, dass Sie sich aktiv an Diskussionen beteiligen und Ihre Ansichten begründen und verteidigen können. Dieser Bildungsurlaub ist in Bremen für Vollzeitbeschäftigte, in Niedersachsen für Teilzeitbeschäftigte anerkannt.
Mo. - Fr. jeweils 09:00 - 14:30 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8094750

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Leitung: Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 09.09.2013
Mo, 07.10.13, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 95,00 €, Kleingruppe: 105,00 €, Kleinstgruppe (5 - 6 Pers.): 120,00 €, inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: T00422006

Spanisch 11 - A2

Lehrwerk: Caminos 2 neu, ab Unidad 9
Spez. Fragen z. Kurs: 04222 70129

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
José Anibal Velásque Cruz
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 17:00 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 66,00 €,
Kleingruppe: 76,00 €
Kursnummer: 03422004

Tagesseminar

Indefinido o imperfecto? - A2

En estas horas vamos a practicar y profundizar el uso del pretérito indefinido y del pretérito imperfecto, aclarando dudas y haciendo tareas de producción grupal e individual.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Maria Soledad Berghoff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 04.05.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 13,00 €,
Kleingruppe: 18,00 €, inkl. Unterrichtsmaterial sowie Pausenkaffee
Kursnummer: 03422013

Spanisch 11 - B1

Con gusto, Band B1, a partir de unidad 3
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8099022

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Corina Oehmichen-Pfähler
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 18:00 Uhr
15 U-Tage, 30 U-Std., 81,00 €,
Kleingruppe: 91,00 €
Kursnummer: 23422002

Spanisch 12 - B1

Lehrwerk: Con Gusto 3, ab Unidad 1.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Maria Soledad Berghoff
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 19:30 Uhr
17 U-Tage, 34 U-Std., 91,80 €,
Kleingruppe: 101,80 €
Kursnummer: 03422007

Diploma de Español

Anmeldungen bei der VHS des Landkreises Diepholz,
Nienburger Str. 5, 28857 Syke
Ewald Fiedler, Tel. 04242 976-4076, E-Mail: ewald.fiedler@vhs-diepholz.de

Prüfungsgebühren: A1 83,00 €, Inicial 98,00 €, Nivel Intermedio 138,00 €, Nivel Superior 149,00 €

Prüfungstermine: Bitte erkundigen Sie sich bei der VHS.

Auskunft und Beratung unter Tel. 04242 976-4076 - Ewald Fiedler

Konversations-Kurse

Spanisch Konversation - A2

In diesem Kurs unterhalten wir uns über aktuelle Themen, lesen Zeitungsartikel und kurze literarische Texte. Dabei wiederholen und üben wir grammatikalische Strukturen. Dadurch lernen die Teilnehmer/-innen, Artikel und Kommentare politischer und kultureller Art zu lesen und zu verstehen, um sich aktiv an Diskussionen zu beteiligen und ihre Meinungen zu vertreten.
Lehrwerk: Caminos 2 neu, ab Unidad 9.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8094750

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 18:00 Uhr
14 U-Tage, 28 U-Std., 61,60 €,
Kleingruppe: 71,60 €
Kursnummer: 03422006

Spanisch Konversation - B1

Es werden Themen des Alltags behandelt.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 926093

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Dietmar Steinke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:30 Uhr
10 U-Tage, 20 U-Std., 54,00 €,
Kleingruppe: 64,00 €
Kursnummer: 05422009

Tapas - hablar y cocinar

Wir sprechen Spanisch miteinander, kochen zusammen und lassen uns in die kulinarische Welt der Düfte, Kräuter, Öle ... Spaniens entführen. Alle Tapas sind inklusive mit selbstgemachter Sangria, Cocktail, Kaffee und Wasser. Bitte gute Laune und guten Appetit mitbringen.
Es entstehen zusätzliche Kosten (ca. 15 €) für Lebensmittel. Diese Kosten werden auf die Teilnehmenden umgelegt; bei nicht rechtzeitiger Abmeldung sind diese zu zahlen.
Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtücher sowie Dosen o. ä. Behältnisse für Reste.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 8094750

Weyhe-Melchiorshausen, Förderschule, Küche
Maria Lourdes Herbst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 11:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 15,00 €,
Kleingruppe: 20,00 €
Kursnummer: 03422009

Türkisch

Türkisch Konversation - B1

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 453575

Weyhe-Leeste, Altes Rathaus, Henry-Wetjen-Platz
Sevilay Limonteber
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 17:30 Uhr
18 U-Tage, 36 U-Std., 97,20 €,
Kleingruppe: 107,20 €
Kursnummer: 12424003

Bildung auf Bestellung...
... für Firmen, Institutionen und Einzelpersonen
Haben Sie Qualifizierungs- oder Trainingsbedarf in bestimmten Bereichen, z. B. Sprachen? Wir bieten Ihnen - auch kurzfristig - speziell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Schulungen.
Sprechen Sie uns an: Tel. 04242 976-4074

Ihre Anzeige
könnte hier Aufmerksamkeit finden...
Wir bieten attraktive Konditionen. Gern senden wir Ihnen unsere Mediadaten.
VHS des Landkreises Diepholz
Nienburger Str. 5, 28857 Syke
Tel. 04242 976-4075 • vhs@vhs-diepholz.de • www.vhs-diepholz.de
vhs

ARBEIT UND BERUF

5

Michael Knaup
Fachbereichsleitung
Tel. 04242 976-4074
E-Mail:
michael.knaup@vhs-diepholz.de

Sabine Hanisch
Sachbearbeitung
Tel. 04242 976-4003
E-Mail:
sabine.hanisch@vhs-diepholz.de

Fachbereichsthemen

Informationen für Schulen, Xpert-Basiszertifikat 228
Firmenschulungen 228
Lehrgangssystem „Xpert Europäischer ComputerPass“ 229
Allgemeine EDV-Einführung, Schnupperkurse, EDV mit Muße 230
Erwerb günstiger Softwarelizenzen 231
Mac und Apple 237
Windows, Datensicherung 234
Windows und MS-Office 236
Textverarbeitung WORD 238
Tabellenkalkulation EXCEL 240
Datenbankanwendung ACCESS, Powerpoint, Outlook 243
Weitere EDV-Anwendungen 245
CAD, CorelDraw 245
Kleinstgruppen-Seminare 245
Internet, Webseiten-Erstellung 247
Digitale Fotografie und Bildbearbeitung 250
Unternehmensführung, Werbung, Buchführung, Rechnungswesen 252
SAP 252
Umgang mit dem Handy / Smartphone 254
Tastschreiben, Schreibtechnik 255

EDV-Dozentenkonferenz

Kursleiterinnen und Kursleiter, die an der Volkshochschule des Landkreises Diepholz im EDV-Bereich unterrichten, sind herzlich eingeladen. An diesem Tag findet vor der EDV-Fachkonferenz um 16:00 Uhr eine Einführung für alle neuen Kursleiterinnen und Kursleiter statt. - Bitte anmelden.

Syke, Alte Posthalterei, Waldstr. 1
Michael Knaup
Fr, 18.01.13, 19:00 Uhr
Kursnummer: 00500000

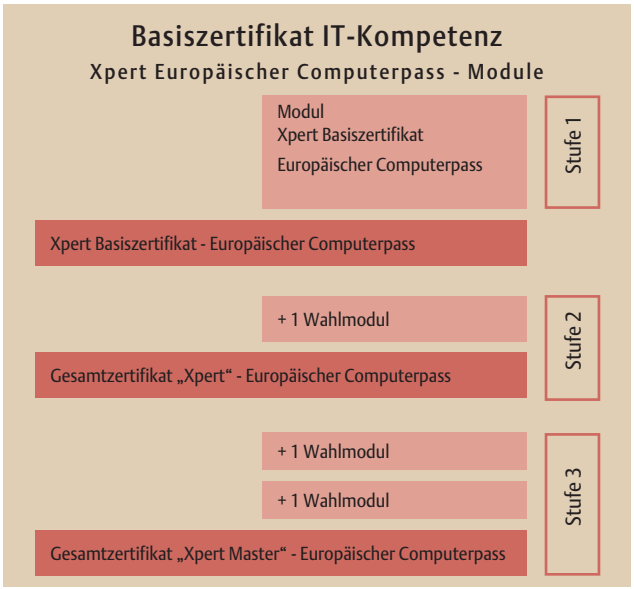
Informationen für Schulen

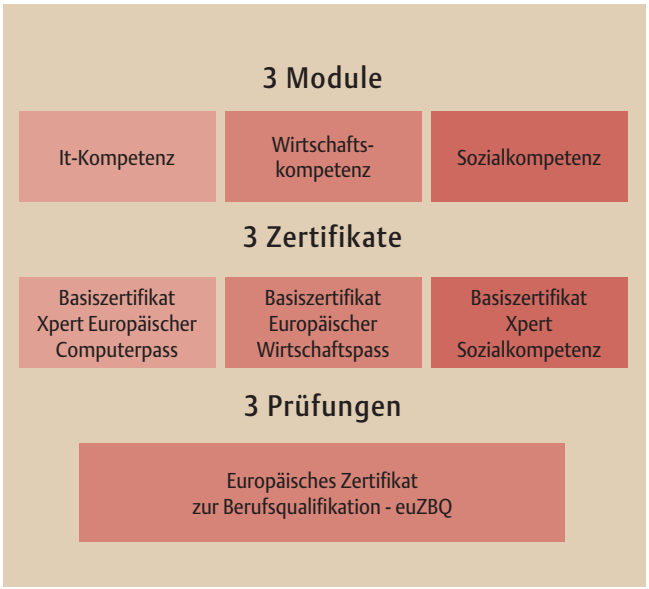
Speziell für Schülerinnen und Schüler ab Klasse 8 wurde im Rahmen des „Xpert Europäischer ComputerPass“ ein sogenanntes Basiszertifikat entwickelt und bereits an vielen Schulen im Bundesgebiet eingeführt. Eine entsprechende Rahmenvereinbarung zwischen dem niedersächsischen Kultusministerium und dem Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens wurde im September 2009 getroffen. Das Basiszertifikat enthält folgende inhaltliche Schwerpunkte: Arbeiten mit Windows, Informationsrecherche im Internet, Erstellung und Gestaltung von Texten wahlweise mit dem Schwerpunkt „Bewerbung schreiben“, Erstellung und Gestaltung von Präsentationen.

Neben dem Basiszertifikat „IT-Kompetenz“, das - je nach Voraussetzung - 40 - 60 U-Std. umfasst, können das Basiszertifikat „Wirtschaftskompetenz“ mit 30 U-Std. und das Basiszertifikat „Sozialkompetenz“ mit ebenfalls 30 U-Std. angeboten werden. Germeinsam ergeben sie das „Europäische Zertifikat zur Berufsqualifikation - euZBQ“.

Das Projekt bzw. ein solcher Kurs kann von Schulen in Kooperation mit der VHS oder auch eigenverantwortlich durchgeführt werden. Eine finanzielle Förderung durch die Agentur für Arbeit ist möglich.

Ansprechpartner: Michael Knaup, Tel. 04242 976-4074, E-Mail: michael.knaup@vhs-diepholz.de





Firmenschulungen

Wir haben uns das Ziel gesetzt, Fort- und Weiterbildung für mittelständische Unternehmen im Landkreis erschwinglich und attraktiv zu gestalten. Die VHS ist mit der Industrie- und Handelskammer (IHK) und der Wirtschaftsförderung des Landkreises Diepholz eine starke Partnerschaft eingegangen. Schulungen und Seminare können mit 50% und mehr durch diese Kooperation gefördert werden.

Gavin Stuart Bryson

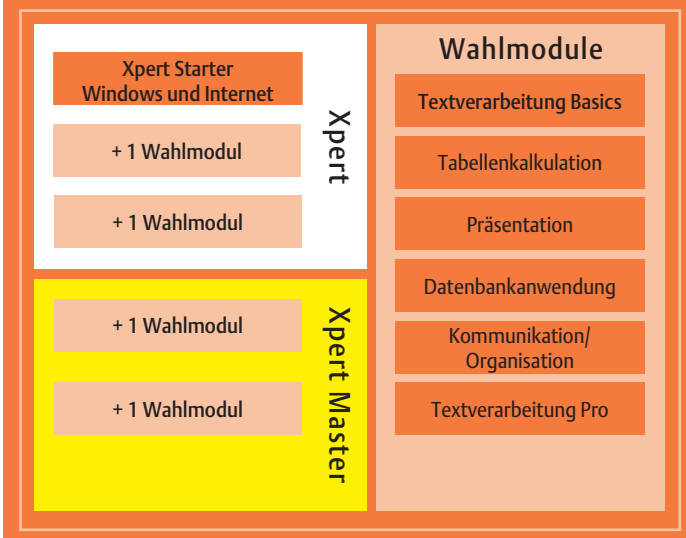
In der heutigen schnelllebigen Zeit ist es wichtig, stets am Ball zu sein, Schritt zu halten, innovativ und wettbewerbsfähig zu bleiben. Sprachen, Verhandlungsgeschick, Networking, IT-Unterstützung, Kostensenkung und damit verbunden Zeitmanagement, spielen sowohl heute als auch zukünftig eine wesentliche Rolle.

Nutzen Sie die Möglichkeit firmeninterne Schulungen in Ihrem Hause oder in den VHS-Bildungsstätten durchführen zu lassen, abgestimmt auf Ihren Bedarf und Betriebsablauf.

Herr Bryson steht Ihnen gerne zur Verfügung, um mit Ihnen ein maßgeschneidertes, kostengünstiges Konzept zu erstellen.

Tel. 0172 2833824
E-Mail: gavin.bryson@web.de

Lehrgangssystem „Xpert Europäischer ComputerPass“



Das europaweit anerkannte Lehrgangssystem „Xpert Europäischer Computerpass“ vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit gängigen Anwenderprogrammen im Office-Bereich. Es besteht aus sieben Modulen. Jedes schließt mit einer europaweit einheitlichen Prüfung ab. Für jede bestandene Prüfung wird ein Zeugnis vergeben. Nach erfolgreichem Abschluss des Pflichtmoduls „Xpert Starter“ sowie zwei frei wählbarer Module aus dem Lehrgangssystem wird der Abschluss zum „European Computer Passport Xpert“ erreicht.

Die erfolgreiche Absolvierung von zwei weiteren Wahlmodulen führt zum Abschluss „European Computer Passport Xpert Master“.

Die Lehrgänge wenden sich an Teilnehmer/-innen aus dem privaten und öffentlichen Dienstleistungs- und Verwaltungsbereich, aus dem kaufmännischen Bereich von Handels- und Industriebetrieben sowie an Selbständige mit Klein- und Mittelbetrieben.

Die in den Lehrgängen eingesetzte Fachliteratur des Herdt-Verlages ist speziell auf den Xpert Europäischer Computer Pass abgestimmt.

Xpert Starter

Windows und Internet
Dieses Modul ist für alle gedacht, die zum ersten Mal an einem Personal Computer (PC) arbeiten wollen. Der Umgang mit Daten, Mail und Programmen scheint für jeden selbstverständlich. Doch häufig zeigt sich in der Praxis, dass ein effektives Arbeiten mehr als nur oberflächliche Kenntnisse verlangt. Xpert Starter vermittelt die grundlegenden Fähigkeiten für den Umgang mit dem PC und bereitet auf das handlungsorientierte Arbeiten mit den Officeprodukten vor.

Bitte lassen Sie sich als Interessent/-in vormerken. Der Lehrgang beginnt, wenn sich genügend Personen haben vormerken lassen.
Unterrichtstage: Mittwochs oder donnerstags, 18:30 bis 21:45 Uhr; Skript/Bücherkosten: 12,90 €, Prüfungsgebühr: 45,00 €;

Weyhe-Kirchweyhe, "Trafo", Kirchweyher Str. 51
EDV Dozententeam
8 U-Tage, 32 U-Std., 137,60 €
Kursnummer: 00501008

Bildungsprämie bis zu 500,00 € für Erwerbstätige und Berufsrückkehrer/-innen

Auch für Sie interessant? Infos unter **www.bildungspraemie.info** oder

Tel. 04242 976-4076, Ewald Fiedler
Tel. 04242 976-4074, Michael Knaup

Allgemeine EDV-Einführung, Schnupperkurse, EDV mit Muße

Keine Angst vor dem Computer

Sie haben einen neuen Computer (PC oder Laptop) und wissen nicht weiter. -
In diesem Kurs finden Sie die Voraussetzung für einen geruhsamen Einstieg in die Computerwelt. Neben Computergrundlagen (wie Betriebssystem, Hardware, Umgang mit der Maus, Tastatur, Fenstertechnik, ...) wird ein Einstieg, im angemessenen Tempo, in die Textverarbeitung „MS-Word“ (einfache Texte, Brief, Einladung erstellen, kleine Zeichnungen, Einfügen von Digitalfotos, ...), das Speichern von Dokumenten sowie der Umgang mit dem Internet geübt. Auf Wunsch können OpenOffice- und Bildbearbeitungssoftware sowie viele weitere Programme auf den eigenen USB-Stick kopiert werden; damit kann man am PC zuhause arbeiten, ohne dass teure Software gekauft werden muss. Der Kurs wendet sich sowohl an ältere wie jüngere Teilnehmer/-innen, die entspannt und in angenehmer Atmosphäre lernen wollen. Das eigene Notebook kann mitgebracht werden. Skript/Bücherkosten: 17,50 € soweit erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 3844

Barnstorf, Christian-Hülsmeyer-Schule, EDV-Raum
Heiner Wolter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 18:30 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 55,80 €,
Kleingruppe: 65,80 €
Kursnummer: 01501001

Bassum, Schulzentrum Am Petermoor, Neubau
Heiner Wolter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:30 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 55,80 €,
Kleingruppe: 65,80 €
Kursnummer: 02501001

PC-Einführung

Dieser Kurs ist für Personen gedacht, die sich noch nicht oder nur wenig mit dem Computer befasst haben und ausprobieren möchten, was sie damit anfangen können. Sie werden mit der Handhabung vertraut gemacht: Tastatur und Maus bedienen, Windows-Anwendungen starten, Dateien öffnen oder neu anlegen, bearbeiten, drucken und speichern. Hier wird nicht auf das Betriebssystem eingegangen. Im Vordergrund stehen die Anwendungen: Schreiben mit Word, Malen mit Paint, alles im gemäßigten Lerntempo und entspannter Atmosphäre. Skript/Bücherkosten: 17,50 € soweit erforderlich.

Syke, Berufsbildende Schulen, Gebäude B2-116
Katrin Wiemers
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 19:15 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 23502002

Erste Schritte am PC

Dieser Kurs ist für Personen gedacht, die sich noch nicht oder nur wenig mit dem Computer befasst haben und ausprobieren möchten, was sie damit anfangen können. Sie werden mit der Handhabung vertraut gemacht: Tastatur und Maus bedienen, Windows-Anwendungen starten, Dateien öffnen oder neu anlegen, bearbeiten, drucken und speichern. Hier wird nicht auf das Betriebssystem eingegangen. Im Vordergrund stehen die Anwendungen: Schreiben mit Word, Malen mit Paint und ein Ausflug in das Internet, alles im gemäßigten Lerntempo und entspannter Atmosphäre.
Skript/Bücherkosten: 17,50 € soweit erforderlich.
Kein Unterricht in den Ferien.

Twistringen, Hildegard-von-Bingen Gymnasium, Vechtaer Straße
Horst Hoffmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 18:30 Uhr
6 U-Tage, 18 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €, Kein Unterricht in den Ferien.
Kursnummer: 24502002

PC-Einführung

Dieser Kurs ist für Teilnehmer gedacht, die sich noch nicht oder wenig mit dem Computer befasst haben. Folgende Themen sind geplant:
Erste Schritte mit dem Computer, Bedienung der Maus und Tastatur, Programme starten, schließen, Texte schreiben, drucken, Dokumente speichern, öffnen, Umgang mit einem USB-Stick, Begriffe und Symbole klären, ein Ausflug ins Internet.
Alle Themen werden in gemäßigtem Lerntempo und entspannter Atmosphäre behandelt.
Unterrichtstage: Di. 12.02., 19.02., 26.02., 05.03., 12.03., und 09.04.13.
Skript/Bücherkosten: 17,50 € soweit erforderlich.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 09:00 Uhr
6 U-Tage, 20 U-Std., 70,00 €,
Kleingruppe: 80,00 €
Kursnummer: 03501004

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 13.02.13, 09:00 Uhr
6 U-Tage, 20 U-Std., 70,00 €,
Kleingruppe: 80,00 €
Kursnummer: 22501005

Wochenendseminar

PC-Einführung

Sie gehören zu den Menschen, die nicht wissen, wo ein Computer eingeschaltet wird? Möchten Sie gerne im Internet surfen oder Briefe am Computer schreiben?
In diesem Seminar lernen Sie es. Ohne jegliche EDV-Vorkenntnisse. Entspanntes Lernen in angenehmer Atmosphäre.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 02.03.13, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 03.03.13, 10:00 - 17:00 Uhr
2 U-Tage, 16 U-Std., 59,20 €,
Kleingruppe: 69,20 € inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: 03501040

Tagesseminar

PC-Einführung - Fortsetzung

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die bereits den ersten „Schnupperkurs“ besucht haben oder vergleichbare Kenntnisse mitbringen. Probleme, die bei den „ersten Erfahrungen“ mit dem Computer aufgetaucht sind, können hier in Ruhe gelöst werden. Tipps und Tricks zu Windows werden aufgezeigt und nach Interesse der Teilnehmer/-innen kann ein Einblick in verschiedene Standardsoftware erfolgen. Entspanntes Lernen in angenehmer Atmosphäre.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 20.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 31,20 €,
Kleingruppe: 36,20 € inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: 03501041

Computer-Einführung

Haben Sie bisher einen Bogen um den PC gemacht oder gemeint, das sei nichts mehr für Sie? Es ist nie zu spät! Menschen jeglichen Alters können lernen, den PC für ihre Interessen zu nutzen, z. B. für den Schriftverkehr im Alltag oder den Austausch mit anderen Menschen übers Internet oder... Entdecken Sie die Möglichkeiten! In ruhigem Lerntempo anhand vieler Beispiele und praktischer Übungen können Sie sich mit folgenden Themen vertraut machen:
- Arbeitsweise des PC, seine Bedienung über Maus und Tastatur
- Einführung in das Betriebssystem Windows (nicht Windows Vista)
- Einführung in das Textverarbeitungsprogramm Word und andere Standardprogramme.

Skript/Bücherkosten: 17,50 € soweit erforderlich. Spez. Fragen z. Kurs: 05444 9246

Wagenfeld, Schulzentrum, Computerraum
Martin Kempkes
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.02.13, 18:30 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 46,50 €,
Kleingruppe: 56,50 €
Kursnummer: 26501001

Computer-Einführung

Der Einstieg in die „Computerwelt“ wird Ihnen in diesem Kurs leicht verständlich, in gemäßigtem Lerntempo und entspannter Atmosphäre, vermittelt: Mausbedienung, Tastatur mit Eingabeübungen, Fenstertechnik, Anlegen von Ordnern, Speichern und Öffnen von Dateien, die im Schreibprogramm erarbeitet wurden. Das praktische Arbeiten am PC steht im Vordergrund. Skript/Bücherkosten: 17,50 € soweit erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 1504

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Ulrike Lampa-Aufderheide
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 08:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 42,00 €,
Kleingruppe: 52,00 €
Kursnummer: 12501600

max. 8 Teilnehmer/-innen
Bruchhausen-Vilsen, Die Scheune, Brautstr. 16
Ulrike Lampa-Aufderheide
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 08:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 49,00 €
Kursnummer: 04501603

Computer-Einführung

Fortsetzungskurs
Wenn Sie bereits Grundkenntnisse besitzen, erhalten Sie weiterführende Informationen zum Textverarbeitungsprogramm WORD, z. B. Einladungen und Briefe schreiben, dem Tabellenkalkulationsprogramm Excel, z. B. Haushaltsplan erstellen und dem Internet-Explorer, im Internet „surfen“ (Informationen einholen).
Alle Themen werden in gemäßigtem Lerntempo und entspannter Atmosphäre behandelt. Skript/Bücherkosten: 17,50 € soweit erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04252 1504

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Ulrike Lampa-Aufderheide
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 03.04.13, 08:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 42,00 €,
Kleingruppe: 52,00 €
Kursnummer: 12501601

max. 8 Teilnehmer/-innen
Bruchhausen-Vilsen, Die Scheune, Brautstr. 16
Ulrike Lampa-Aufderheide
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 04.04.13, 08:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 49,00 €
Kursnummer: 04501604

EDV-Schnupperkurs

Der Kurs richtet sich an alle, die einen Einblick in die Welt des Computers wünschen: Schreiben mit WORD, Rechnen mit EXCEL, Surfen im Internet, E-Mails schreiben und versenden. Erste Anwendungen werden geübt. Alle Themen werden in gemäßigtem Lerntempo und entspannter Atmosphäre behandelt.
Themenschwerpunkte werden gemeinsam festgelegt. Eine Fortsetzung des Kurses ist möglich.
Spez. Fragen z. Kurs: 05442 2455

Lemförde, Schulzentrum, Haus A 12
Peter Dietrich
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 18.02.13, 18:30 Uhr
4 U-Tage, 8 U-Std., 24,80 €,
Kleingruppe: 29,80 €
Kursnummer: 14501601

Weiterbildung mit Kostenvorteil

Günstige Software-Lizenzen für VHS-Kurs-Teilnehmer/-innen sowie VHS-Dozentinnen und -Dozenten zur privaten Nutzung

Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmende eines EDV-Kurses oder (eingeschränkt) einer Veranstaltung der beruflichen Weiterbildung (gilt teilweise auch für Sprachkurse):

Windows 8 OEM (Neulizenz)	99,00 €	Adobe Photoshop Elements & Premiere Elements	99,00 €
Microsoft Office 2010 Pro Plus/2013 Pro Plus	je 95,00 €	Adobe Photoshop Lightroom 4	69,00 €
Autodesk Inventor Professional 2013	95,20 €	ABBYY PDF Transformer Pro 3	59,00 €
Adobe Creative Suite 6 Design Standard	249,00 €	CorelDRAW Graphics Suite X6:	99,00 €
Adobe Creative Suite 6 Design & Web Premium	349,00 €		
Adobe Creative Suite 6 Production Premium	349,00 €	Norman Security Suite	
Adobe Creative Suite 6 Master Collection	679,00 €	Lizenz für 1 Jahr	29,50 €
Adobe Photoshop CS 6 Extended	199,00 €	Lizenz für 2 Jahre	44,49 €
		Lizenz für 3 Jahre	55,50 €

alle Preise inkl. MwSt. - Mehr Software zu „Schulpreisen“ und die Lizenzbedingungen sowie eventuelle Preisänderungen finden Sie unter www.cobra-shop.de/vhs

Wir verwenden in der Regel EDV-Bücher des Herdt-Verlages.
www.herdt.com

HERDT

Einfache DV-Anwendungen am PC

in Kooperation mit den Delmewerkstätten für Behinderte/Leeste
14-täglich
Spez. Fragen z. Kurs: 04203 8045634

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Wolf-Dieter Nardmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 21.02.03, 08:30 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std.
Kursnummer: 12501006

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Wolf-Dieter Nardmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 21.02.03, 10:30 Uhr
9 U-Tage, 18 U-Std.
Kursnummer: 12501007

Computerkurs für Kids

für Kinder von 8 - 10 Jahren
Wenn Du in der Grundschule bist, dann weißt Du bestimmt schon, was ein Computer ist. Wahrscheinlich hast Du auch einen Computer zu Hause und weißt gar nicht genau, was Du damit alles machen kannst. In diesem Kurs lernst Du zuerst die Grundlagen im Umgang mit dem Betriebssystem Windows kennen. Anschließend schreibst Du einen Text in Word, malst Bilder mit Paint, erstellst eine kleine Präsentation mit PowerPoint und wirst über das Internet eine Suche durchführen. Dieses Wissen hilft Dir auch später für die Schule und bei den Hausaufgaben.
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030

Twistringen, Hildegard-von-Bingen Gymnasium, Vechtaer Straße
Oliver Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 15:30 Uhr
5 U-Tage, 10 U-Std., 31,00 €, Kleingruppe: 36,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 24502009

Windows 7 - leicht verständlich

siehe Seite 234.

Mac und Apple

Vortrag

Der Umstieg von Windows auf Mac

Sie spielen mit dem Gedanken von einem Windows PC auf einen Apple Mac umzusteigen? Dann zeigen wir Ihnen hier, was Sie dabei beachten müssen und welche Vorteile dies sogar haben kann.
Inhalte: Historie und Konzeptvergleich Windows-Mac; Kompatibilität zu Windows; Viren-Anfälligkeit und Systemsicherheit; Programm-Vielfalt; das Apple-Betriebssystem OS X, Kostenvergleich, Geräte-Übersicht; Vorteile und Einschränkungen.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Martin Nittscher
Anmeldung erwünscht
Fr, 08.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., 10,00 €
Kursnummer: 03501005

Erste Schritte mit dem Apple MacBook oder iMac

Grundkurs für Ein- und Umsteiger
Steigen Sie ein in die Apple-Welt und lernen Sie Ihr MacBook oder Ihren iMac richtig kennen und seine Funktionen optimal nutzen.
Inhalte: Grundlagen des Betriebssystems OSX; Datei- und Ordner-Struktur; Finder und Vorschau; Dock und Launchpad, Grundlagen zur Bedienung von Safari, Mail, Adressbuch (Kontakte) und iCal (Kalender); Tipps, Tricks und Programm-Empfehlungen.
Teilnahme-Voraussetzung: allgemeine Computer-Grundkenntnisse.
Bitte das eigene Apple MacBook oder den eigenen Apple iMac mitbringen.
Unterrichtstage: Do., 14. und 21.02.13 von 18:00 - 21:15 Uhr.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Martin Nittscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., 31,20 €,
Kleingruppe: 36,20 €
Kursnummer: 03501006

Wochenendseminar

Apple iPhone & iPad - Grundkurs für Einsteiger

Dieser Kurs gibt Ihnen einen umfassenden Einblick in alle wichtigen Funktionen und Möglichkeiten von iPhone, iPad und iPod Touch. Von der richtigen Bedienung über die persönliche Konfiguration bis zu praktischen Anwendertipps wird alles detailliert erklärt.
Inhalte: Grundeinstellungen und Bedienung; Einrichten der persönlichen Apple-ID; Verbindung mit dem Internet (Mobil/3G und WLAN), persönliches E-Mail-Konto einrichten; Apps suchen, finden, kaufen und verwalten; Kontakte, Kalendereinträge und Erinnerungen anlegen; Kamerabedienung; Fotos verwalten; Surfen im Internet; Bücher kaufen, lesen und verwalten; kostenlose Nachrichten mit iMessage verschicken; Empfehlungen für nützliche Apps.
Bitte das eigene iPhone oder iPad mitbringen (Betriebssytem iOS 5 oder höher).

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Martin Nittscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 10:00 - 13:15 Uhr
So, 17.02.13, 10:00 - 13:15 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., 31,20 €,
Kleingruppe: 36,20 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03501007

Apple iPhone & iPad - Anwenderkurs

In diesem Kurs lernen Sie Ihr iPhone, iPad oder iPod Touch noch besser kennen und erfahren, wie Sie die vielfältigen Funktionen optimal nutzen können. Neben hilfreichen Anwender-Tipps zu Mail, Kontakte, Kalender und Safari, liegt der Schwerpunkt auf dem Importieren, Exportieren und Verwalten von Musik, Filmen, Fotos etc.; die Möglichkeiten und Funktionsweise von iCloud (inkl. Backup) werden ausführlich erklärt.

Inhalte: Erweiterte Einstellungen und Tipps & Tricks zur besseren Bedienung; Synchronisieren mit iTunes (auf dem PC oder Mac); Musik, Filme, Fotos und Daten importieren und exportieren; alles rund um „iCloud“ (Einstellungen, Funktionsweise, Backup); Safari und Mail.
Grundkenntnisse in iOS sollten vorhanden sein. Bitte das eigene iPhone oder iPad mitbringen (Betriebssytem iOS 5 oder höher). Unterrichtstage: Mi, 27.02., 06.03. und 13.03.13 von 18:00 - 21:15 Uhr.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Martin Nittscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 18:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 €
Kursnummer: 03501003

Wochenendseminar

Apple Mac OSX - Anwenderkurs

Aufbaukurs 1
Sie haben ein Apple MacBook oder iMac und möchten die vielfältigen Funktionen und Möglichkeiten in der täglichen Anwendung optimal nutzen.
Inhalte: Datensicherung mit Time-Machine; AppStore und Software-Aktualisierung, Daten mit iCloud synchronisieren; Office auf dem Mac (Kompatibilität und Programm-Alternativen); Systemeinstellungen, Dienstprogramme und nützliche Funktionen, wie Mission Control, Dashboard, Nachrichten, Facetime etc.
Teilnahme-Voraussetzung: Teilnahme am OSX-Einsteigerkurs oder vergleichbare OSX-Grundkenntnisse.
Bitte das eigene Apple MacBook oder den Apple iMac mitbringen.
Unterrichtstage: Fr., 08.03., 18:00 - 21:15 Uhr und Sonntag, 10.03.13, 10:00 - 15:00 Uhr.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Martin Nittscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.03.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 39,00 €,
Kleingruppe: 44,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03501010

Apple Mac OSX - Aufbaukurs 2

iTunes, iPhoto und iMovie
Sie arbeiten bereits seit einiger Zeit mit Ihrem Apple MacBook oder iMac und möchten gerne Ihre Medien und Fotos optimal verwalten, aus den Urlaubs-Schnappschüssen einen kleinen Film oder eine Diashow erstellen oder mit nur wenigen Klicks eine tolle Grußkarte gestalten? Dann finden Sie hier die gewünschten Antworten.
Inhalte:
iTunes (Musik, Filme und Hörbücher kaufen, verwalten und freigeben), iPhoto (Fotos verwalten, und bearbeiten, Fotobücher und Karten selbst erstellen); iMovie (mit 3 Klicks zum schnellen Urlaubsfilm oder zur dynamischen Diashow, Videos importieren, Video-Schnitt Grundfunktionen, Filme bereitstellen und brennen).
Teilnahme-Voraussetzung: Grundkenntnisse in OSX.
Bitte das eigene Apple MacBook oder den Apple iMac mitbringen.
Unterrichtstage: Mi, 10.04., 17.04. und 24.04.13 jeweils von 18:00 - 21:15 Uhr.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Martin Nittscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 10.04.13, 18:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 €
Kursnummer: 03501011

Wochenendseminar

Das Apple iPad als Laptop-Alternative

Mehr Computer braucht man nicht! In diesem Kurs zeigen wir Ihnen, welche vielfältigen Möglichkeiten das iPad bietet, so dass Sie tatsächlich auf einen zusätzlichen Computer verzichten können. Der Schwerpunkt liegt hier auf den typischen Office-Anwendungen und informiert über Möglichkeiten der Medien-Bearbeitung.
Inhalte: Briefe schreiben, Tabellenkalkulation, Präsentationen erstellen; Office-Kompatibilität; Dateien verwalten, importieren, exportieren und drucken; Fotos richtig sortieren und archivieren, Bildbearbeitung, Dia-Shows erstellen, Fotogalerien veröffentlichen, Videos schneiden, Musik produzieren, Download-Funktionen; Zeichnen und Skizzieren u.v.m. sowie Tipps und Empfehlungen zu nützlichen Apps und Funktionen.
Grundkenntnisse in iOS sollten vorhanden sein.
Bitte das eigene Apple iPad mitbringen (Betriebssystem iOS 5 oder höher).

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Martin Nittscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 19.01.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 23,40 €,
Kleingruppe: 28,40 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: R03501008

Unterrichtstage: Fr, 19.04. 18:00 - 21:15 Uhr und So, 21.04.13 10:00 - 13:15 Uhr.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Martin Nittscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., 31,20 €,
Kleingruppe: 36,20 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03501008

Wochenendseminar

iMovie-Workshop - Filme schneiden auf dem Apple Mac

Sie haben einen Apple MacBook oder iMac? Sie filmen und fotografieren gerne? Dann zeigen wir Ihnen in diesem Kurs, wie Sie aus Ihren Fotos und Filmsequenzen mit nur wenigen Klicks „hollywoodreife“ Videos erstellen und diese anschließend als DVD brennen, bei Youtube etc. hochladen oder direkt auf dem eigenen Fenseher anschauen können.
Inhalte: Grundlagen und Funktionsweise von iMovie; Projekte und Ereignisse anlegen; Filmsequenzen und Fotos importieren; Übergänge, Untertitel und Effekte einfügen; Musik und Nachvertonung; die neuen Trailer-Funktionen; Filmprojekte exportieren bzw. bereitstellen (DVD, Facebook, Youtube etc.).Tipps und Tricks zu Film- und Fotoaufnahmen.
Grundkenntnisse in OSX sollten vorhanden sein.
Bitte das eigene Apple MacBook oder den Apple iMac mitbringen.
Unterrichtstage: Fr, 24.05. 18:00 - 21:15 Uhr, Sa, 25.05. 09:00 - 12:15 Uhr und So, 26.05.13 10:00 - 13:15 Uhr.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Martin Nittscher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 24.05.13, 18:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03501012

Windows

Windows 7 - leicht verständlich

Einführungskurs
Lernen Sie Ihren Computer und sein Betriebssystem Windows 7 kennen. In verständlicher Sprache (ohne das übliche Fachchinesisch) und kleinen Lernschritten machen Sie sich mit dem PC vertraut und bauen Ängste und Hemmungen ab.
Bits und Bytes, Tastatur, Maus, Fenstertechnik, Dateien und Ordner; all dies werden Sie kennenlernen und diese Kenntnisse durch praktische Übungen vertiefen und festigen. Auch Zubehörprogramme (Wordpad, Paint usw.) und die Verwendung des Papierkorbs werden behandelt.
Dieser Kurs richtet sich an Personen ohne oder mit sehr geringen EDV-Kenntnissen.
Skript/Bücherkosten; 17,20 € soweit erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2652

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Joachim Hallmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 15:00 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 42,00 €,
Kleingruppe: 52,00 €
Kursnummer: 05501604

Windows 7 - leicht verständlich

Aufbaukurs
Der Teil 2 baut auf den Kenntnissen des ersten Teils auf und vertieft diese.
Wir arbeiten mit Systemprogrammen (Datensicherung, Defragmentierung usw.) und lernen die Vorteile von Verknüpfungen kennen. Eine Einführung in die digitale Fotografie und Bildbearbeitung, in die Programme „Word“ und „Excel“, sowie ein Ausflug ins Internet und den E-Mail-Verkehr mit vielen praktischen Übungen runden diesen Anschlusskurs ab.
Teilnahme-Voraussetzung: Besuch des Kurses Windows Modul 1 oder vergleichbare Kenntnisse.
Skript/Bücherkosten; 17,50 € soweit erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 05441 2652

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Joachim Hallmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 04.04.13, 15:00 Uhr
6 U-Tage, 12 U-Std., 42,00 €,
Kleingruppe: 52,00 €
Kursnummer: 05501605

Windows 7 - Workshop

Arbeiten am eigenen Laptop
Sie besitzen einen neuen Laptop oder beabsichtigen, sich in naher Zukunft einen zu kaufen. Sie möchten mit Ihrem Laptop im Internet surfen und die Möglichkeiten und Funktionen Ihres Rechners besser kennenlernen.
Der Workshop richtet sich vorwiegend an „ältere“ Teilnehmer, die bisher nur über geringe Kenntnisse mit einem Personalcomputer verfügen.
Folgendes Konzept liegt dem „Workshop“ zugrunde:
Die Teilnehmer sollen Ihren eigenen Laptop mitbringen, der mit dem Betriebssystem Windows 7 ausgestattet sein sollte.
Am ersten Nachmittag werden die Wünsche der einzelnen Teilnehmer ermittelt, um daraus gemeinsam die Lernziele und -inhalte für die nächsten Nachmittage zu definieren.
Anschließend werden die ersten Grundlagen über den PC vermittelt, wie:
PC-Aufbau, Arbeiten mit Tastatur und Maus, Programme, z. B. Word Pad, Paint, Taschenrechner.
Mit folgenden Themen beschäftigen sich die Teilnehmer, abhängig von den ermittelten Lernzielen, im Wesentlichen:
2. Nachmittag - Verbindung zum Internet und Surfen: „Googeln“, Suchen nach Informationen, Reisebuchung, Urlaubsplanung, Reisen mit der Deutschen Bundesbahn, Routenberechnung mit dem Auto
3. Nachmittag - Tastatur: Funktions- und Steuertasten, Markieren, Kopieren, Einfügen etc.
Ordner und Dateien, Ordner: Struktur, Einrichten und Speichern
4. Nachmittag - Antiviren-Programm, E-mail-Bearbeitung, versenden, weiterleiten und einfügen.
Erstes Kennenlernen von Textverarbeitungsprogrammen wie MS Word, Open Office, und Übungen zu den oben genannten Themen.
Mittwochs, Termine werden bekannt gegeben (0421 562311).
Spez. Fragen z. Kurs: 04221 30914

Stuhr-Varrel, Gutshaus Varrel, Varreler Feld
Heinz-Josef Reher
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 21501604

Tagesseminar

Windows-Auffrischung

Vorkurs zu EDV-Anwender-Kursen
Dieser Kurs richtet sich an Personen, die einen EDV-Anwender-Kurs, z. B. Office, CAD, Fotobearbeitung o.ä. besuchen wollen und nicht ganz sicher im Umgang mit dem Betriebssystem Windows sind. Im Kurs können die Teilnehmer/-innen ihre Windows-Kenntnisse zum Thema „Ordner und Dateien“ aufbessern. Vorgesehen sind folgende Inhalte: Aufbau und Verwalten von Ordnern und Dateien auf einem Datenträger, Wiederfinden und Verändern von Dateien sowie viele Übungen zum Thema „Speichern und Öffnen von Dateien“.
Auf individuelle Fragen der Teilnehmenden wird eingegangen.

Twistringen, Hildegard-von-Bingen Gymnasium, Vechtaer Straße
EDV Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 02.03.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 12,40 €,
Kleingruppe: 17,40 €
Kursnummer: 24501001

Bildung auf Bestellung...
... für Firmen, Institutionen und Einzelpersonen
Haben Sie Qualifizierungs- oder Trainingsbedarf in bestimmten Bereichen, z. B. EDV, Sprachen?
Wir bieten Ihnen - auch kurzfristig - speziell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Schulungen.
Sprechen Sie uns an: Tel. 04242 976-4074
vhs

Windows 7

Modul 1
Erläuterung der Tastatur mit Eingabeübungen, Arbeiten mit der Fenstertechnik, Erläuterung des Desktops (Taskleiste, Kontextmenü usw.). Programme des Zubehör-Ordners (Paint, WordPad, Editor, Rechner), Speichern/Öffnen von Dateien, Anlegen von Speicherverzeichnissen, Benutzung des Papierkorbs, Mauseinstellung. Übungen, individuelle Fragen der Teilnehmer/-innen. - Dieser Kurs richtet sich an Personen ohne EDV-Kenntnisse bzw. mit sehr geringen EDV-Kenntnissen.

Modul 2
Kurze Wiederholung des Moduls 1.
Arbeiten mit dem Explorer, der Ordner Autostart, Erstellen von Verknüpfungen, weitere Programme der Systemsteuerung, Multimedia, Systemprogramme (Datensicherung, Defrag usw.), Druckersteuerung, Kurzeinführung in einige Anwenderprogramme. Übungen, individuelle Fragen der Teilnehmer/-innen. - Teilnahme-Voraussetzung: Besuch des Kurses Windows, Modul 1 oder vergleichbare Kenntnisse.

Für alle Modul-Kurse gilt: Skript/Bücherkosten 17,20 € - soweit erforderlich.

Einführung in die EDV - Windows 7

Modul 1
Fr, 18:00 - 21:15 Uhr, Sa, 09:00 - 16:00 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030
Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Oliver Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 14.06.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 05501001

Einführung in die EDV - Windows 7

Modul 2
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030
Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Oliver Richter
Do, 10.01.13, 19:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 42,00 €,
Kleingruppe: 52,00 €
Kursnummer: R05501002

Wissen rund um den PC in Frage und Antwort

Internet, Aufbau und Technik im Internet, www und E-Mail, hilfreiche Anwendungen, Suchmaschinen, eBay, PayPal und Online-Banking. Word, Excel, PowerPoint, Outlook, Funktionen in Windows, Antivirensoftware und Firewalls. Dieser Kurs gibt Ihnen die Möglichkeit Ihre Fragen zu stellen und beantwortet zu bekommen. Zu Beginn des Kurses werden alle Fragen notiert und im Laufe der Veranstaltung beantwortet.
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Oliver Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 18.04.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 14,00 €,
Kleingruppe: 19,00 €
Kursnummer: 05502002

Ordnung auf dem PC, Virenschutz und effiziente Datensicherung

Wollen Sie in ihrem PC alle Texte, Bilder und Videos sowie Programme schnell finden? Wollen Sie alles wiederherstellen können, wenn einmal etwas kaputt geht? In diesem PC-Kurs lernen Sie, wie Sie sinnvoll Verzeichnisse und Laufwerke anlegen, schnell Dateien wiederfinden, Festplatten überprüfen und eine sinnvolle Datensicherung betreiben.
Unterrichtstage: Di., 15.01. und Mi.,16.01.13 jeweils 17:30 Uhr - 21:30 Uhr

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Walter Gröh
Di, 15.01.13, 17:30 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 39,00 €,
Kleingruppe: 44,00 € inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: 12501014

Wertvolle Daten auf dem PC sichern

Im privaten und beruflichen Alltag sind die Themen Datensicherung und Datensicherheit heute extrem wichtig. Welche Datenträger verwende ich zu welchem Anlass? Sind die Daten auch wirklich sicher gespeichert? Was kann alles schief gehen?
In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden den sicheren Umgang mit allen Arten von Dateien und den heute gebräuchlichen Datenträgern. Die übersichtliche Ordnung auf den Datenträgern, das Erzeugen eigener Ablage- bzw. Ordnerstrukturen, das Löschen, Verschieben und Kopieren von Dateien und Ordnern, der sichere Umgang mit Datenträgern (interne- und externe Festplatte, CD, DVD, USB-Sticks und Speicherkarten) stehen im Mittelpunkt des Kurses. Zudem werden Tipps und wichtige Hinweise zum Kauf der verwendeten Datenträger gegeben.
Falls vorhanden, bitte mitbringen: USB-Stick oder externe Festplatte

Stuhr-Moordeich, Lise-Meitner-Schule, Computerraum
Rainer Wieben
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 19:00 Uhr
2 U-Tage, 6 U-Std., 18,60 €,
Kleingruppe: 23,60 €
Kursnummer: 21501001

Tagesseminar

Arbeiten mit kostenlosen Programmen von einem USB-Stick

Aufbaukurs
In diesemAufbaukurs wird mit Windows Computerprogrammen gearbeitet, die nicht auf dem Rechner installiert sein müssen. Die Programme befinden sich auf einem USB-Stick und können von beliebigen Rechnern gestartet werden. Der USB-Stick wird nicht nur als Wechselmedium genutzt, sondern darüber hinaus hat man immer das eigene mobile Büro für unterwegs dabei. Der USB-Stick wird während des Kurses den individuellen Wünschen angepasst und bestückt mit Programmen aus dem Bereich Office, Audio, Video und dem allgemeinen Toolbereich. Ergänzt werden die Unterrichtsinhalte mit Windows-Themen (Beschreibung s. Windows, Modul 2). Teilnahme-Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse.
Jede/r Teilnehmer/-in sollte einen USB-Stick von 2 GB bis 4 GB mitbringen.

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
EDV Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.02.13, 9:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 15,60 €, Kleingruppe: 20,60 €. Inkl. Pausenkaffee.
Kursnummer: 04501003

Windows- und Office-Kombikurse

Frauen

Büro-fit (1) mit Office 2010

Kombi-Lehrgang für Wiedereinsteigerinnen und Berufsumsteigerinnen
Sie benötigen aktuelle IT-Kompetenzen, um den Büroalltag effizient zu gestalten? In diesem Kurs bekommen Sie einen Überblick über die verschiedenen Einsatzmöglichkeiten der Microsoft-Anwendungsprogramme und erhalten umfassende Kenntnisse für den Büroalltag.
Folgende Inhalte sind geplant:
Word: Arbeiten mit Word und Geschäftsbriefe erstellen; Excel: einfache Kalkulationen und Diagramme; Outlook: E-Mails versenden, Termine und Kontakte verwalten
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 08:30 Uhr
6 U-Tage, 24 U-Std., 76,80 €,
Kleingruppe: 86,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03502701

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 14.02.13, 08:30 Uhr
6 U-Tage, 24 U-Std., 76,80 €,
Kleingruppe: 86,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 22501710

Frauen

Büro-fit (2) mit Office 2010

Kombi-Lehrgang für Wiedereinsteigerinnen und Berufsumsteigerinnen
Sie benötigen aktuelle IT-Kompetenzen, um den Büroalltag effizient zu gestalten? In diesem Kurs bekommen Sie einen Überblick über die verschiedenen Einsatzmöglichkeiten der Microsoft-Anwendungsprogramme und erhalten umfassende Kenntnisse für den Büroalltag. Folgende Inhalte sind geplant:
Power Point: Firmen-Präsentationen erstellen und vorführen, Internet: Recherche und Suchanfragen effektiv formulieren, Dokumenten- und Ordnerverwaltung unter Windows 7.
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 08:30 Uhr
4 U-Tage, 16 U-Std., 51,20 €,
Kleingruppe: 61,20 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 22501711

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 15.04.13, 08:30 Uhr
4 U-Tage, 16 U-Std., 51,20 €,
Kleingruppe: 61,20 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03502702

Frauen

Fit am PC

Berufsqualifizierung
Angesprochen sind Frauen, die nach einer Zeit der Familienphase eine Rückkehr ins Berufsleben planen, aber auch andere interessierte Frauen.
Unternehmen, die Mitarbeiterinnen für Büroberufe suchen, fordern in der Regel folgende Qualifikationen: Kenntnisse auf sämtlichen Kommunkationsebenen, einen sicheren Umgang mit dem Computer und persönliche Merkmale wie Engagement usw. Dieser Kurs soll PC-Kenntnisse vermitteln bzw. auffrischen und damit eine Hilfestellung für die Rückkehr in den Beruf darstellen.
Themen: Microsoft Office 2010 mit den Schwerpunkten Textverarbeitung (Word), Tabellenkalkulation (Excel) und Präsentation (Powerpoint); Internetnutzung, (geringe) Windows-Vorkenntnisse sind erforderlich. Skript/Bücherkosten; 17,50 € soweit erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 5659805

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Nicole Preuß
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 17.02.03, 09:00 Uhr
10 U-Tage, 30 U-Std., 96,00 €,
Kleingruppe: 106,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 12501702

Bildungsurlaub

Umstieg auf Windows 7 und Office 2010

Windows 7 und/oder Office 2010 ist für viele, die mit älteren Versionen wie Windows XP und Office 2003 gearbeitet haben, sehr gewöhnungsbedürftig. Um langwieriges Suchen zu vermeiden und einen Überblick über die Veränderungen und Verbesserungen zu bekommen, wird in diesem Wochen-Seminar näher auf das neue Bedienkonzept, auf die neue Oberfläche und besondere Neuerungen im Betriebssystem Windows 7 sowie in den Anwendungsprogrammen Word, Excel, Outlook, Powerpoint, jeweils in der Version 2010, eingegangen. Teilnahme-Voraussetzung: Grundkenntnisse in Windows und Office (ältere Versionen). Dieses Bildungsurlaubsseminar ist in Bremen als Vollzeit-Bildungsurlaub und in Niedersachsen für Teilzeitbeschäftigte anerkannt.
Unterrichtstage: Mo. - Fr., jeweils 08:30 - ca. 13:45 Uhr.
Skripte: „Effektiver Umstieg auf Windows 7 und Office 2010“: 18,80 €

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 20.05.2013
Mo, 24.06.13, 08:30 Uhr
5 U-Tage, 30 U-Std., 145,50 € inkl. Pausengetränke
Kursnummer: 00502036

Wochenendseminar

Unterrichtszeiten: Fr, 17:00 - 21:00 Uhr, Sa, 09:00 - 15:00 Uhr.
Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 27, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Fr, 25.01.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: R22502004

Wochenendseminar

Office 2010 - Was ist neu?

Für viele ist der Umstieg von Microsoft Office 2003 auf Microsoft Office 2010 mehr als ungewohnt. Alles sieht anders aus, die bekannten Funktionen der Programme verstecken sich hinter den Registern in der Multifunktionsleiste. Dabei kann es so einfach sein, sich in diesem System zurechtzufinden. Dieser Kurs richtet sich an alle die in Ihrem Beruf oder Alltag häufig mit älteren Office-Versionen zu tun haben und nun auf das neue System umsteigen wollen oder müssen.
Fr, 18:00 - 21:15 Uhr,
Sa, 09:00 - ca. 16:00 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Oliver Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.03.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 05502003

Textverarbeitung WORD

Modul 1
Verschiedene Texte eingeben und bearbeiten (korrigieren, ersetzen, kopieren, verschieben, löschen), mit Hilfe von Zeichenformatierung (Schriftarten, Schriftgrad, Schmuckschriften-OfficeArt usw.) und Absatzformatierung (links-, rechtsbündig, usw.) den Text in die richtige Form bringen, Rechtschreibprüfung und Silbentrennung, Dokumente speichern und wieder öffnen, entsprechende Ordner anlegen und auswählen, weitere Gestaltungsmöglichkeiten wie Aufzählungen/Nummerierungen, Rahmen und Schattierungen, Drucken der Dokumente.
Übungen, individuelle Fragen der Teilnehmer/-innen.
Teilnahmevoraussetzung: Besuch des Kurses Windows, Modul 1 oder vergleichbare Kenntnisse.

Modul 2
Kurze Wiederholung des Moduls 1.
Erstellen von Autotexten und Formatvorlagen, Dokumentverwaltung, Arbeiten mit großen Dokumenten, Umgang mit Tabulatoren, einfache Kopf- und Fußzeilen und Tabellen erstellen, Einfügen von einfachen Grafiken. Übungen, individuelle Fragen der Teilnehmer/-innen.
Teilnahmevoraussetzung: Besuch der Kurse Windows und WORD, jeweils Modul 1 oder vergleichbare Kenntnisse.

Modul 3
Kurze Wiederholung des Moduls 2.
Erstellen von Seriendokumenten in Form von Briefen, Adressetiketten und Katalogen, Erstellen von Dokumentvorlagen, Spaltendruck, Fußnoten, Gliederungen und Inhaltsverzeichnisse, Formularerstellung, OLE-Funktion unter WORD (Datenim- und -export), WORD im Internet (HTML). Übungen, individuelle Fragen der Teilnehmer/-innen.
Teilnahmevoraussetzung: Besuch der Kurse Windows, Modul 1 und WORD, Modul 2 oder vergleichbare Kenntnisse.

Für alle Modul-Kurse gilt: Skript/Bücherkosten 16,50 € - soweit erforderlich.

Wochenendseminar

Textverarbeitung WORD 2010

Modul 1
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Oliver Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.03.13, 18:00 - 21:15 Uhr
Sa, 16.03.13, 09:00 - ca. 16:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 05502004

Textverarbeitung WORD 2007-2010

Modul 1

Syke, Berufsbildende Schulen, Gebäude B2-116
Katrin Wiemers
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 19:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 23502006

Wochenendseminar

Textverarbeitung und -gestaltung mit WORD

in Kooperation mit dem Seniorenbeirat der Samtgemeinde Rehden
Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die an Textverarbeitung mit WORD u./o. Openoffice interessiert sind. Neben den grundlegenden Techniken werden praktische Übungen zur Textgestaltung Inhalt des Kurses sein.
Bitte USB-Stick mitbringen. Eigener Lap-Top kann mitgebracht werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 05446 4012

Rehden, „Schule am Geestmoor“ (Oberschule), Computerraum
Dieter Plaggemeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 05.04.13, 16:00 - 19:00 Uhr
Sa, 06.04.13, 09:00 - 12:00 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., 24,80 €,
Kleingruppe: 29,80 €
Kursnummer: 15502003

Wochenendseminar

Textverarbeitung WORD 2010

Modul 2

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.03.13, 17:00 - 21:00 Uhr
Sa, 02.03.13, 09:00 - 15:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 22502001

Wochenendseminar

Textverarbeitung WORD 2010

Modul 2
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Oliver Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 22.03.13, 18:00 - 21:15 Uhr
Sa, 23.03.13, 09:00 - ca. 16:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 05502005

Wochenendseminar

Textverarbeitung WORD 2010

Modul 2

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 03.05.13, 17:00 - 21:00 Uhr
Sa, 04.05.13, 09:00 - 15:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03502008

Textverarbeitung WORD 2007-2010

Modul 2

Syke, Berufsbildende Schulen, Gebäude B2-116
Katrin Wiemers
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 06.05.13, 19:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 23502007

Bildungsurlaub

WORD 2010 - Spezial

Serienbriefe und Formulare erstellen, automatisieren
Serienbriefe erstellen: Sie lernen, wie Sie
- Serienbriefe, Serien-E-Mails und Verzeichnisse erstellen
- Umschläge und Etiketten bedrucken
- Seriendruckdokumente mit Feldern optimieren
- Datensätze filtern und sortieren
- Bestehende Datenquellen in Serienbriefe einfügen

Formulare erstellen: Sie lernen, wie Sie
- Formulare für Fragebögen, Vordrucke oder Verträge erstellen
- Formulare vor Veränderungen vom Anwender schützen
- Formularfelder einfügen und deren Inhalte bestimmen
- Formulare drucken

Automatisieren: Sie lernen, wie Sie
- eine Abfolge von Befehlen und Arbeitsschritten aufzeichnen, um diese später mit einem einzigen Klick zu starten
- wiederholende Arbeitsschritte abkürzen mit Hilfe eines Makros.

Teilnahme-Voraussetzung: Besuch eines-Word-Einstiegskurses oder vergleichbare Kenntnisse.
Unterrichtstage: Mi., - Fr., jeweils 08:30 - 15:30 Uhr.

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 15.04.2013
Mi, 22.05.13, 08:30 Uhr
3 U-Tage, 24 U-Std., 116,40 €
inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00502034

Tagesseminar

Serienbriefe mit Word 2010

Mit Serienbriefen die Korrespondenz automatisieren und doch jeden Empfänger persönlich ansprechen.
Folgende Inhalte sind geplant: Serienbrief-Assistenten nutzen, Adressen anlegen, bearbeiten, Druckfelder einfügen, Serienbrief als E-Mail versenden, Drucken.
Voraussetzung: Windows- und Word-Grundkenntnisse. Skript/Bücherkosten: 16,50 € soweit erforderlich.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.03.13, 17:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 19,50 €,
Kleingruppe: 24,50 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03502010

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 25.05.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 19,50 €,
Kleingruppe: 24,50 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 22502003

Frauen

Rezeptbuch mit Word 2010

Es wird ein Kochbuch mit leckeren Rezepten über das Office-Programm WORD 2010 erstellt. Dazu werden verschiedene Word-Techniken angewendet. Das Ergebnis ist ein bebildertes Rezeptbuch, das mit einem Deckblatt und einem automatisch sich aktualisierenden Inhaltsverzeichnis abgerundet wird.
Folgende Themen werden behandelt: Deckblatt, Inhaltsverzeichnis, Word-Texte formatieren, Texte kopieren, verschieben, Aufzählungen / Nummerierungen, Grafikbearbeitung, Kopf- und Fußzeilen, Seitenrand, Seitenumbruch, Seitennummer, Tabulatoren, Drucken.
Teilnahme-Voraussetzung: Windows- und Word-Grundkenntnisse.
Bitte einen USB-Stick mitbringen.
Unterrichtstage: Fr. 05.04., 12.04., 26.04. und 03.05.13.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 05.04.13, 08:30 Uhr
4 U-Tage, 16 U-Std., 51,20 €,
Kleingruppe: 61,20 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03501704

Frauen

Einladungskarten, Geschenkbanderolen & Ordnerverwaltung mit Word 2010

In diesem Kurs lernen Sie die grafischen Gestaltungsmöglichkeiten unter Word 2010 kennen.
Themen:
Grafik- und Bildbearbeitung, Spaltendruck für Einladungskarten, Hintergrundgestaltung mit Farben, Textfelder einfügen und gestalten, Tabulator, Formatierungen, Drucken, etc.
Unter Windows: Ordnerverwaltung, Bilder sortieren, kopieren, verschieben, USB-Stick bedienen.
Teilnahme-Voraussetzung: Windows- und Word-Grundkenntnisse.
Unterrichtstage: Fr. 22.02., 01.03. und 08.03.13. Skript/Bücherkosten: 16,50 € soweit erforderlich. Bitte einen USB-Stick mitbringen.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 22.02.13, 09:00 Uhr
3 U-Tage, 10 U-Std., 34,00 €, Kleingruppe: 39,00 €; inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03502700

Bildungsurlaub

WORD und EXCEL im Büroalltag

Word 2010:
- Texte erstellen, bearbeiten, formatieren und drucken
- AutoText, Kopf-/Fußzeilen
- Rechtschreibhilfe, Trennhilfe und Thesaurus benutzen
- Dokumentvorlagen erstellen und benutzen
- Tabellen erstellen und bearbeiten

Excel 2010:
- Erstellen und Bearbeiten von Berechnungstabellen
- Excel-Funktionen kennenlernen und anwenden
- Umsetzen von Tabellen in Diagramme
- Formatieren von Tabellen und Diagrammen

Word und Excel:
- Datenaustausch über Zwischenablage
- Word-Serienbriefe mit Excel-Tabellen erstellen und drucken
- OLE-Funktion: Excel-Tabellen und Diagramme in Word einbinden

Teilnahme-Voraussetzung: Windows- und Word-Grundkenntnisse.
Unterrichtstage: Mo., - Fr., jeweils 08:30 - 15:30 Uhr; Skript/Bücherkosten: 16,50 € Word, 16,50 € Excel

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 08.04.2013
Mo, 13.05.13, 08:30 Uhr
5 U-Tage, 40 U-Std., 194,00 €
inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00502031

Tabellenkalkulation

Der Einstieg
Hier lernen Sie die Benutzeroberfläche und die Funktionsweise der (neuen) Multifunktionsleiste in Excel kennen. Sie bekommen die Grundlagen der Tabellenbearbeitung, den Aufbau und die Eingabe von Formeln, Zellbezüge und die Grundlagen der Zellformatierung, vermittelt. Durch den Einsatz und die Bearbeitung von Diagrammen und die verschiedenen Möglichkeiten der Druckausgabe gestalten Sie mit Excel Daten anschaulich und übersichtlich. Am Ende des ersten Kurses können Sie mit einfachen und geschachtelten Funktionen arbeiten, verstehen den Aufbau einer Funktion und wissen den Funktionsassistenten anzuwenden.
Teilnahme-Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse.

Der Aufbaukurs
Hier machen Sie sich vertraut im Umgang mit mehreren Tabellenblättern und Arbeitsmappen, Sie lernen Zeilen und Spalten zu fixieren und eine schnelle Tabellenbearbeitung durch den Gruppenmodus zu nutzen. Sie erfahren wie Sie Zellen, Tabellen und Arbeitsmappen vor dem Zugriff anderer schützen können und wie Sie Fehler in Tabellen erfolgreich suchen und korrigieren. Sie lernen einfache und geschachtelte Funktionen mit dem Funktionsassistenten aufzubauen und Ihnen werden Anwendungsmöglichkeiten der Funktionen wenn, sverweis und wverweis verständlich aufgezeigt. Ihnen wird verdeutlicht, wie Sie Diagramme individuell gestalten und bearbeiten können und welche Vorteile die bedingte Formatierung für Ihre Tabellen hat. Durch die wiederholte Anwendung der bereits erworbenen Kenntnisse im Umgang mit Excel wird Ihr Wissen aus dem ersten Modul gefestigt.

Teilnahme-Voraussetzung: Besuch des Excel-Einstiegskurses oder vergleichbare Kenntnisse.

Für Fortgeschrittene
In diesem „Expertenkurs“ wird Ihnen aufgezeigt, wie Sie mit großen Tabellen arbeiten können und welche Möglichkeiten es bei der Arbeit mit Tabellen in Excel gibt, z. B. durch Automatisierung mittels Makros Zeit zu sparen. Sie lernen die Vorteile einer Pivot-Tabelle und der Pivot-Charts kennen, üben den Umgang mit Filterfunktionen und machen sich mit den Besonderheiten der Datum- und Uhrzeitfunktionen vertraut. Sie bekommen einen Einblick in den Aufbau und die Funktionsweise einer Matrizenfunktion und lernen den Umgang mit den Funktionen index und vergleich durch verschiedene Beispiele der Einsatzmöglichkeiten kennen. Durch die wiederholte Anwendung der bereits erworbenen Kenntnisse im Umgang mit Excel wird Ihr Wissen aus den ersten Modulen gefestigt.

Teilnahme-Voraussetzung: Besuch des Excel-Aufbaukurses oder vergleichbare Kenntnisse.

Für alle Modul-Kurse gilt: Skript/Bücherkosten 16,50 € - soweit erforderlich.

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Der Einstieg

Twistringen, Hildegard-von-Bingen Gymnasium, Vechtaer Straße
Horst Hoffmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.02.13, 18:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €, Kein Unterricht in den Ferien.
Kursnummer: 24502006

Tabellenkalkulation EXCEL 2007

Der Einstieg
Spez. Fragen z. Kurs: 04207 5761

Syke, Berufsbildende Schulen, Gebäude B2-118
Christa Rath-Franke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.02.13, 18:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 23502014

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Der Einstieg
Spez. Fragen z. Kurs: 05021 926035

Bruchh.-Vilsen, Gymnasium, Computerraum E 8
Gerhard Iglinski
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 18:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 04502001

Wochenendseminar

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Der Einstieg
Unterrichtszeiten: Fr, 17:00 - 21:00 Uhr, Sa, 09:00 - 15:00 Uhr. Wenn vorhanden, bitte einen USB-Stick zum Speichern mitbringen.

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 22.02.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 22502006

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Der Einstieg
Unterrichtstage: Do. 28.02., 07.03., 14.03. und 04.04.13 jeweils von 19:00 - 21:15 Uhr.

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Rainer Wieben
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 28.02.13, 19:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 42,00 €,
Kleingruppe: 52,00 €
Kursnummer: 03502006

Wochenendseminar

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Der Einstieg
Unterrichtszeiten: Fr, 18:00 - 21:15 Uhr, Sa, 09:00 - ca. 16:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Oliver Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 05502006

Wochenendseminar

Tabellenkalkulation EXCEL 2003

Der Einstieg
in Kooperation mit dem Seniorenbeirat der Samtgemeinde Rehden
Freitag, 16:00 bis 19:00 Uhr, Samstag, 09:00 bis 12:00 Uhr
Bitte USB-Stick zum Speichern mitbringen.
Spez. Fragen z. Kurs: 05446 4012

Rehden, „Schule am Geestmoor“ (Oberschule), Computerraum
Dieter Plaggemeyer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 16:00 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., 24,80 €,
Kleingruppe: 29,80 €
Kursnummer: 15502006

Tagesseminar, Frauen

Einführung in die Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Sie bekommen die Grundlagen der Tabellenbearbeitung, den Aufbau und die Eingabe von Formeln, Zellbezüge und die Grundlagen der Zellformatierung, vermittelt. Durch den Einsatz und die Bearbeitung von Diagrammen gestalten Sie mit Excel Daten anschaulich und übersichtlich. Am Ende des ersten Kurses können Sie mit einfachen Funktionen arbeiten und einfache Berechnungen in Tabellen selbst erstellen.
Teilnahme-Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 15.06.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 20,40 €,
Kleingruppe: 25,40 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03502784

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Der Aufbaukurs

Twistringen, Hildegard-von-Bingen Gymnasium, Vechtaer Straße
Horst Hoffmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 03.04.13, 18:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 24502007

Wochenendseminar

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Der Aufbaukurs
Unterrichtszeiten: Fr., 17:00 - 21:00 Uhr, Sa., 09:00 - 15:00 Uhr. Wenn vorhanden, bitte einen USB-Stick zum Speichern mitbringen.

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 05.04.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 22502007

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Der Aufbaukurs
Unterrichtszeiten: 19:00 - 21:15 Uhr;
Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Rainer Wieben
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 11.04.13, 19:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 42,00 €,
Kleingruppe: 52,00 €
Kursnummer: 03502007

Tabellenkalkulation Excel 2010

Der Aufbaukurs
Spez. Fragen z. Kurs: 05021 926035

Bruchh.-Vilsen, Gymnasium, Computerraum E 8
Gerhard Iglinski
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 02.05.13, 18:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 04502002

Wochenendseminar

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Der Aufbaukurs
Unterrichtszeiten: Fr, 18:00 - 21:15 Uhr, Sa, 09:00 - ca. 16:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Oliver Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 17.05.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 05502007

Tagesseminar, Frauen

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Fortsetzungskurs
Hier machen Sie sich vertraut im Umgang mit mehreren Tabellenblättern und Arbeitsmappen, Sie lernen eine schnelle Tabellenbearbeitung durch den Gruppenmodus zu nutzen. Sie bauen geschachtelte Funktionen auf und lernen die Anwendungsmöglichkeiten der Funktionen wenn und sverweis kennen. Ihnen wird verdeutlicht, wie Sie Diagramme individuell gestalten und bearbeiten können und welche Vorteile die bedingte und die benutzerdefinierte Formatierung für Ihre Tabellen haben. Durch die wiederholte Anwendung der bereits erworbenen Kenntnisse im Umgang mit Excel wird Ihr Wissen aus dem ersten Modul gefestigt.
Teilnahme-Voraussetzung: Besuch des Excel-Einstiegskurses oder vergleichbare Kenntnisse.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 04.05.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 20,40 €,
Kleingruppe: 25,40 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03502785

Wochenendseminar

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Für Fortgeschrittene
Unterrichtszeiten: Fr, 18:00 - 21:15 Uhr, Sa, 09:00 - ca. 16:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Oliver Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 31.05.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 05502008

Tabellenkalkulation Excel 2010

Für Fortgeschrittene
Spez. Fragen z. Kurs: 05021 926035

Bruchh.-Vilsen, Gymnasium, Computerraum E 8
Gerhard Iglinski
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 15.08.13, 18:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 04502003

Wochenendseminar

EXCEL-Prüfungsvorbereitung für Büro- und Bürokommunikationskaufleute

Prüfungsteil - Informationsverarbeitung
In diesem Kurs werden die Teilnehmer, mit den entsprechenden Grundkenntnissen in der EXCEL-Tabellenkalkulation, auf die IHK-Prüfung vorbereitet. Geschult wird mit prüfungsorientierten Aufgaben.
Unterrichtszeiten: Fr, 17:30 - 20:45 Uhr, Sa, 09:30 - 13:30 Uhr.

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 17:30 Uhr
2 U-Tage, 9 U-Std., 29,70 €,
Kleingruppe: 34,70 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 22502002

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 26.04.13, 17:30 Uhr
2 U-Tage, 9 U-Std., 29,70 €,
Kleingruppe: 34,70 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03502017

Bildungsurlaub

EXCEL 2010 - Spezial

Diagramme, Datum und Uhrzeit, Tabelleninhalte überwachen und gliedern
Diagramme: Sie lernen, wie Sie Daten und Tabellen professionell darstellen.
Datum und Uhrzeit: Sie lernen, wie Sie Berechnungen über 24 Stunden durchführen, Altersberechnungen, Tage und Stunden ermitteln.
Tabelleninhalte überwachen und gliedern: Sie lernen, wie Sie Formeln überwachen und angezeigte Fehler verstehen, Formatierungen der hervorzuhebenden Zellen an Bedingungen knüpfen, Daten und Tabellen durch eine Gliederung übersichtlich darstellen.
Teilnahme-Voraussetzung: Besuch eines Excel-Einstiegskurses oder vergleichbare Kenntnisse.
Unterrichtstage: Mo., - Mi., jeweils 08:30 - 15:30 Uhr.

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 19.04.2013
Mo, 27.05.13, 08:30 Uhr
3 U-Tage, 24 U-Std., 116,40 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00502032

Tagesseminar

EXCEL 2010 - Formulare

Erstellen Sie mit Hilfe von Steuerelemente benutzerfreundliche Excel-Formulare, die sich schnell und einfach auswerten lassen. Ein erfahrener Office-Trainer führt Sie anhand zweier Fallbeispiele Schritt für Schritt durch den Erstellungsprozess und zeigt Ihnen, wann und wie Sie welche Steuerelemente für Ihre Einsatzzwecke nutzen.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 19,20 €,
Kleingruppe: 24,20 € inkl. Pausenkaffee;
Kursnummer: 03502015

Tagesseminar

EXCEL 2010 VBA - Diagramme

So präsentieren Sie Ihre Zahlen professionell und verständlich
Ein Diagramm sagt mehr als tausend Zahlen. Lernen Sie in diesem Intensiv-Training die Erstellung gelungener Diagramme. Nachdem Sie ein Excel-Experte mit den umfangreichen Einstellungsmöglichkeiten vertraut gemacht hat, erstellt er mit Ihnen Schritt für Schritt zahlreiche Beispieldiagramme. Zusätzlich werden PivotCharts und Sparklines ausführlich vorgestellt.

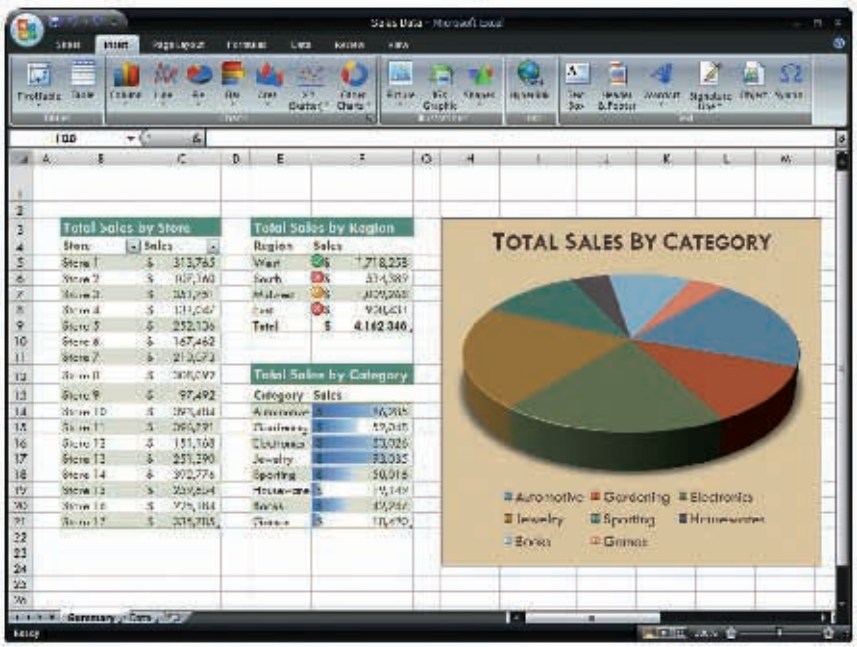
Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.03.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 38,40 €,
Kleingruppe: 43,40 € inkl. Pausenkaffee;
Kursnummer: 03502014

Wochenendseminar

EXCEL 2010 VBA

Makros programmieren
Viele Aufgabenstellungen lassen sich mit VBA einfach schneller, performanter und eleganter erledigen. Wer mag schon zig geschachtelte Formeln, die kopiert über die ganze Tabelle die Dateien schnell anwachsen lassen und schlecht bedienbar machen? Lassen Sie sich überzeugen von der Macht dieser Programmiersprache und lernen Sie in diesem Kurs, wie Sie zukünftig in Excel 2010 Zeit, Kosten und Nerven sparen.
Unterrichtszeiten: Fr, 18:30 - 21:45 Uhr, Sa, 9:30 - 17:00 Uhr.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 31.05.13, 18:30 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 67,60 € inkl. Pausenkaffee;
Kursnummer: 03502011



Datenbankanwendung ACCESS

Modul 1
Grundlagen relationaler Datenbanken, Anlegen und Bearbeiten von Datensätzen, Sortieren und filtern von Datensätzen, Aufbau und Erstellung von einfachen Abfragen (Auswahlabfragen), Gestaltung des Ausdrucks in Form einfacher Formulare und Berichte, Übungen, individuelle Fragen der Teilnehmer/-innen.
Teilnahme-Voraussetzung: Besuch des Kurses Windows Modul 1 oder vergleichbare Kenntnisse, Grundkenntnisse in Tabellenkalkulation.

Modul 2
Erweiterte Funktionen: Bearbeitung der Tabellenstruktur, Indexverwaltung, Erstellen von Beziehungen zwischen Tabellen, erweiterte Abfragetechniken, z. B. Aktions-, Parameterabfragen, einfacher Datenaustausch, Export von Dateien in Excel oder Word (Serienbriefe), Übungen, individuelle Fragen der Teilnehmer/-innen.
Teilnahme-Voraussetzung: Besuch der Kurse Windows und ACCESS, jeweils Modul 1 oder vergleichbare Kenntnisse.

Für alle Modul-Kurse gilt: Skript/Bücherkosten 16,50 € - soweit erforderlich.

Datenbankanwendung ACCESS 2007

Modul 1
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 931699

Syke, Berufsbildende Schulen, Gebäude B2-120
Uwe Amelung
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 21.02.13, 19:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 23502008

Datenbankanwendung ACCESS 2007

Modul 2
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 931699

Syke, Berufsbildende Schulen, Gebäude B2-120
Uwe Amelung
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 04.04.13, 19:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 23502009

Powerpoint

Das Präsentations-Programm Powerpoint ist Bestandteil des Microsoft-Office-Pakets. Powerpoint gibt Ihren Vorträgen die erforderliche Professionalität, denn „ein Bild sagt mehr als tausend Worte“. Inhalte:

- Arbeiten mit der Benutzeroberfläche
- Erstellen von Folienreihen
- Einfügen von Grafik, Sound, Organigramme
- Erstellen von eigenen Grafiken mit dem Tool WordArt
- Hintergrundgestaltung
- Animation von Textblöcken und Bildschirmseiten
- Tipps und Tricks

Teilnahme-Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse.

Skript/Bücherkosten 16,50 € - soweit erforderlich.

Wochenendseminar

Powerpoint 2010

Unterrichtszeiten: Fr, 17:00 - 21:00 Uhr, Sa, 09:00 - 15:00 Uhr.
Wenn vorhanden, bitte einen USB-Stick zum Speichern mitbringen.

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.03.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 22502004

Wochenendseminar

Powerpoint 2010

Modul 1
Unterrichtszeiten: Fr, 18:00 - 21:15 Uhr, Sa, 09:00 - ca. 16:00 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Oliver Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 26.04.13, 18:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 05502009

Wochenendseminar

Powerpoint 2010

Unterrichtszeiten: Fr, 17:00 - 21:00 Uhr, Sa, 09:00 - 15:00 Uhr.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 17.05.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03502005

Weitere EDV-Anwendungen

Bildungsurlaub

Outlook und Powerpoint 2010

Outlook - Die Grundlage effektiver Büroorganisation.
Microsoft Outlook ist ein Programm, mit dem die täglichen Aufgaben leichter organisiert und verwaltet werden können. Sie lernen, wie Sie

- E-Mails mit Dateien versenden, Nachrichten beantworten und weiterleiten
- Mitarbeiter/innen zu Besprechungen einladen
- Aufgaben an andere Personen delegieren und die Bearbeitung verfolgen
- mit Suchordnern ausgewählte Nachrichten anzeigen

Inhalt:

- Terminplanung
- Kontakte verwalten
- Aufgabenverwaltung
- E-Mails erstellen und senden
- Posteingang organisieren - Nachrichten mit einem Regel-Assistenten verwalten
- Integration im Office-Bereich
- Archivierung von Outlook-Ordnern
- Unterschied zwischen Outlook und Outlook-Express

Powerpoint
Das Programm Microsoft Powerpoint ist Bestandteil des Office-Pakets und damit auf vielen PC‘s vorhanden. PowerPoint gibt Ihren Vorträgen die erforderliche Professionalität, denn „ein Bild sagt mehr als tausend Worte“.
Inhalt:

- Sie eigenen sich grundlegende Funktionen wie Erstellen und Bearbeiten von Folien an.
- Sie lernen, wie Sie Folien schnell und einheitlich erzeugen - mit Folienlayouts und Entwurfsvorlagen.
- Professionelle Folien mit Grafiken, Diagrammen, Tabellen und Multimedia-Elementen gestalten.
- Mit Animation und Folienübergängen Bewegung in Präsentationen bringen.

Sie erfahren alles Wichtige für die Ausgabe von Folien und Begleitmaterial - vom Ausdruck bis zur Bildschirmpräsentation.
Skripte: Outlook 2010: 16,50 €, Powerpoint 2010: 16,50 €. Unterrichtstage: Mo. - Fr., jeweils 08:30 - ca. 15:30 Uhr.

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 29.04.2013
Mo, 03.06.13, 08:30 Uhr
5 U-Tage, 40 U-Std., 194,00 € inkl. Pausengetränke
Kursnummer: 00502033

Wochenendseminar

Outlook 2010 für die Büroorganisation

Outlook dient zum Versenden und Empfangen von E-Mails und Verwalten von Terminen, Aufgaben und Kontakten.
Seminarinhalte:
Bedienung von Outlook, E-Mails erstellen, versenden und den Überblick behalten, Kontakte optimal anlegen und unter Word nutzen, Kalender einrichten und pflegen, Aufgaben erstellen und delegieren, Übergreifende Funktionen.
Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse
Unterrichtszeiten: Fr, 17:00 - 21:00 Uhr, Sa, 09:00 - 15:00 Uhr.

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 27, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Fr, 18.01.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: R22502003

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 22502008

Tagesseminar

E-Mail-Grundlagen mit Outlook 2010

Grundwissen, Stilregeln, Sicherheitstipps, Fallenvermeidung
Dieser Kurs wendet sich an Computernutzer, die noch keine oder wenig Erfahrung mit dem Medium E-Mail haben. Lernen Sie von Grund auf, wie Sie mithilfe von Microsoft Outlook 2010 Ihre E-Mail-Korrespondenz führen. Ein erfahrener Outlook-Experte zeigt Ihnen, worauf Sie beim Verfassen von E-Mails unbedingt achten sollten und wie Sie mit Outlook Ihre Kontakte und Verteilerlisten organisieren. Daneben wird auf Sicherheitsrisiken im Zusammenhang mit E-Mails eingegangen. Inkl. Tipps für den Umstieg von den Versionen 2003 und 2007.
Skript/Bücherkosten: 16,50 € soweit erforderlich;

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 02.02.13, 09:30 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 38,40 €, Kleingruppe 43,40 € inkl. Pausenkaffee;
Kursnummer: 03502004

Wochenendseminar

Outlook 2010 Profiwissen

Bessere Organisation für Ihren Arbeitsalltag
Ein erfahrener Outlook-Experte macht Sie in diesem Kurs umfassend und detailliert mit Outlook vertraut. Neben vielen praktischen Tipps zum Umgang mit E-Mails lernen Sie, wie Outlook Ihnen Routinetätigkeiten abnehmen kann. Auch den Kalender sollten Sie effizient nutzen - für sich selbst, aber auch zur Organisation von Besprechungen. Aufgaben lassen sich auch im Kalender verfolgen und überwachen. Für Ihre Kontakte können Sie beispielsweise Kategorien und geeignete Ansichten verwenden, um schneller den richtigen Ansprechpartner zu finden. Abschließendes Thema ist das Versenden von Serienbriefen und die Nutzung von Outlook in Kombination mit OneNote.
Unterrichtszeiten: Fr, 17:00 - 21:00 Uhr, Sa, 09:00 - 15:00 Uhr.
Skript/Bücherkosten: 16,50 € soweit erforderlich;

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 22.02.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 57,60 €,
Kleingruppe: 67,60 € inkl. Pausenkaffee;
Kursnummer: 03502013

Tagesseminar

One Note 2010

Microsoft OneNote ist in allen Editionen von Office 2010 enthalten, aber viele Anwender haben dieses sehr hilfreiche und leistungsfähige Werkzeug noch gar nicht entdeckt. Ein erfahrener Office-Trainer, der selbst von OneNote begeistert ist, wird in diesem Kurs diese Begeisterung mit Ihnen teilen und an mehreren Fallbeispielen zeigen, wie das Notizverwaltungsprogramm Ihre tägliche Arbeit erheblich effizienter macht.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 01.03.13, 18:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 19,20 €,
Kleingruppe: 24,20 € inkl. Pausenkaffee;
Kursnummer: 03502016

Wochenendseminar

Project 2010 - Projektmanagement

Ein umfassendes Praxistraining
Ein erfahrener Projektmanager zeigt Ihnen in diesem Kurs die Anwendung von Microsoft Project 2010 von der ersten Planung bis hin zur Projektdurchführung und -überwachung. Sie können die gezeigten Methoden in jeder Umgebung anwenden, egal ob Sie allein am PC arbeiten oder in einer Enterprise-Umgebung mit dem Project Server. Nicht das Programm, sondern die Anwendung in der Praxis steht im Zentrum dieses Kurses. An konkreten Beispielen wird gezeigt, wie Microsoft Project mit den Methoden des Projektmanagements zielgerichtet eingesetzt werden kann. Mithilfe dieses Kurses werden Sie fit gemacht für den produktiven Einsatz von Microsoft Project im Projektlebenszyklus. Schulungszeiten: Fr, 18:30 - 21:45 Uhr, Sa, 09:30 - 17:00 Uhr; Skript/Bücherkosten: 18,90 € soweit erforderlich;

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 21.06.13, 18:30 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 57,60 €,
Kleingruppe: 67,60 € inkl. Pausenkaffee;
Kursnummer: 03502001

Wochenendseminar

Visio 2010

Für einen erfolgreichen Einsatz in der Praxis
Microsoft Visio wird für die Visualisierung technischer Zusammenhänge verwendet: Abläufe, Geschäftsprozesse, Raumpläne, Websites, Datenbanken, Schaltkreise und vieles mehr lässt sich mit Visio ausgezeichnet darstellen. Sogar eine dynamische Visualisierung von Prozessen, Infrastrukturen oder Zuständen ist mittels Datenbankanbindung möglich. Ihnen wird ein grundlegendes Verständnis der Funktionsweise von Visio vermittelt. Des Weiteren zeigt Ihnen dieser Kurs an zahlreichen Anwendungsbeispielen aus den unterschiedlichsten Einsatzgebieten, wie Sie Visio 2010 in der Praxis erfolgreich einsetzen. Unterrichtszeiten: Fr, 18:30 - 21:45 Uhr, Sa, 09:30 - ca. 16:30 Uhr; Skript/Bücherkosten: 17,20 € soweit erforderlich.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 07.06.13, 18:30 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 57,60 €,
Kleingruppe: 67,60 € inkl. Pausenkaffee;
Kursnummer: 03502002

Wochenendseminar

Visual Basic 2010

Der umfassende Einstieg
Steigen Sie ein in die Programmierung mit Visual Basic. In diesem Kurs werden anschaulich und praxisorientiert die Grundlagen von Visual Basic 2010 vermittelt. „Step by Step“ lernen Sie, wie Sie Ihr erstes Windows-Programm schreiben und grafische Benutzeroberflächen erstellen, wie Sie einen eigenen Browser, ein Adressbuch und sogar ein Web-Radio programmieren. Unterrichtszeiten: Sa u. So jeweils 09:30 - 17:00 Uhr; Skript/Bücherkosten: 20,20 € soweit erforderlich.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 11.05.13, 09:30 Uhr
2 U-Tage, 16 U-Std., 76,80 €,
Kleingruppe: 86,80 € inkl. Pausenkaffee;
Kursnummer: 03502012

CAD, CorelDraw

Arbeiten mit AutoCAD 2013

Modul 2
Kursinhalte: Bemaßungsvariablen (anwenderbezogene Einstellungen, Ketten- und Bezugsbemaßung); Editierfunktionen wie kopieren, drehen, vergrößern, verschieben, Reihe, Strecken; erweiterte Textfunktionen, Polylinien (Pedit), Varia, versetzen usw.; einfache BKS-Funktionen; Schraffur (Stil, Muster sowie anwenderbezogene Einstellungen); Arbeiten mit Texten (Text und D-Text); Im- und Export von Texten aus anderen bzw. in andere Programme; Layerstruktur (Erstellen und Laden von Ebenen); erweiterte Zeichen- und Grundbefehle (Bogen, Reihe, Bruch); Erstellen einer Prototypenzeichnung (ACAD, DWG); Zeichnungsübungen mit Blattaufbau.
Teilnahme-Voraussetzung: Besuch des Kurses AutoCAD, Modul 1 oder vergleichbare Kenntnisse.
Unterrichtstage: Di., 08.01., 15.01. u. 22.01.13 jeweils von 18:00 - 21:15 Uhr sowie Sa., 12.01.2013 von 09:00 - 14:00 Uhr

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
EDV Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 08.01.13, 18:00 Uhr
4 U-Tage, 18 U-Std., 90,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: R03503004

Autodesk Inventor 2013

Modul 2 - 3D Volumenmodell
Inhalte: Übungen aus Modul 1 werden vertieft. Es werden Bemaßungen in Parameter- und Exceltabellen bearbeitet, um Bauteile automatisch zu verändern. Die Übungen beschäftigen sich mit Arbeitsebenen und Abhängigkeiten sowie dem Spiegeln über Ebenen. Der Seminarbesuch Inventor Modul 1 oder der sichere Umgang mit einem parametrischen 3D-CAD-System wird vorausgesetzt. Das Seminar kann auch als Kleinstgruppe mit 6 oder weniger Personen durchgeführt werden. Bei einer Teilnahmezahl von weniger als 7 Personen erhöht sich das Teilnahmeentgelt. Das Entgelt beträgt bei 6 Personen 74,80 €, bei 5 Personen 84,80 € und bei 4 Personen 94,80 €.
Unterrichtstage: Di. 12.02., 19.02. und 05.03. jeweils von 18:00 - 21:15 Uhr.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
EDV Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 12.02.13, 18:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 64,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03503027

Bildungsprämie bis zu 500,00 € für Erwerbstätige und Berufsrückkehrer/-innen

Auch für Sie interessant? Infos unter **www.bildungspraemie.info** oder

Tel. 04242 976-4076, Ewald Fiedler
Tel. 04242 976-4074, Michael Knaup

CorelDraw Graphics Suite

Modul 1 - Grafisches Gestalten vectororientiert
In diesem Einführungskurs wird es sowohl um den effizienten Umgang mit der Software als auch um die Vermittlung des gestalterischen Know-how gehen. Nach einer Einführung der Werkzeuge von CorelDraw wird eine komplette Übung anhand von (nachvollziehbaren) Unterlagen durchgeführt.
Gute Grundkenntnisse im Umgang mit Windows (vergleichbar Modul 2) sollten vorhanden sein.
Unterrichtstage: 09., 16. u. 23.04.13, jeweils 18:00 - 21:15 Uhr

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
EDV Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 18:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03503024

Kleinstgruppen

Folgende Kurse bzw. Workshops finden in der Regel in Stuhr oder Weyhe statt, sobald sich genügend Interessenten gemeldet haben. Procedere: Sie lassen sich als Interessent/Interessentin vormerken. Ist die Anzahl von 7 Personen erreicht, teilen wir Ihnen einen Wochenendtermin (Freitag, 18:30 Uhr – 21:45 Uhr und Samstag, 09:00 Uhr – 16:00 Uhr) mit. Der Kurs kann auch als Kleinstgruppe mit 6 oder weniger Personen durchgeführt werden. Der Preisaufschlag beträgt für die Kleinstgruppen je nach Teilnahmezahl 30 – 90 %.

Ähnliches gilt z. B. für Aufbaukurse aus anderen EDV-Bereichen. Sollten Sie an bestimmten Seminaren interessiert sein, zu denen noch nicht genügend Anmeldungen vorliegen, sprechen Sie uns an. Wir nehmen Sie gerne in einen „Interessentenpool“ auf und informieren Sie, sobald genügend Meldungen im „Interessentenpool“ vorhanden sind.

Wochenendseminar

SQL lernen und anwenden

Die Structured Query Language für den Einsatz in relationalen Datenbanken
Die standardisierte Datenbanksprache SQL (Structured Query Language) ist die Basis für jegliche Arbeit mit relationalen Datenbanken. Ein erfahrener Datenbankentwickler führt Sie am Beispiel der verbreitetsten Datenbankmanagementsysteme vollständig durch die Einsatzbereiche von SQL und zeigt Ihnen an konkreten Beispielen die praktische Nutzung. Dabei wird auch auf die Implementierungsunterschiede zwischen SQL Server, Oracle und MySQL eingegangen.

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
2 U-Tage, 12 U-Std., 57,60 €, Kleingruppe: 67,60 € inkl. Pausenkaffee;
Kursnummer: 03502009

Internet

Erste Schritte im Internet - so geht‘s!

Wie finde ich Fahrpläne, Reiseinformationen, Reiserouten, aktuelle Angebote, Informationen zu bestimmten Themen? Was bedeutet Google oder eBay? Wie erhalte ich eine E-Mail-Adresse und wie gehe ich mit dem Programm um?
Dieser Kurs führt Sie systematisch an das Thema Internet heran - in verständlicher Form und in entspannter Atmosphäre.
Teilnahme-Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC; max. 8 Teilnehmer/-innen.
Skript/Bücherkosten: 17,50 € soweit erforderlich. Spez. Fragen z. Kurs: 04252 1504.

Bruchhausen-Vilsen, Die Scheune, Brautstr. 16
Ulrike Lampa-Aufderheide
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 02.05.13, 08:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 49,00 €
Kursnummer: 04501606

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Ulrike Lampa-Aufderheide
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 08.05.13, 08:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 52,00 €
Kursnummer: 12501602

Erste Schritte im Internet - so geht‘s

Wer die ersten Hürden im Umgang mit dem PC genommen hat, d. h. wer Windows mit der Maus bedienen kann, wer nicht mehr allzu lange nach jeder Taste auf der Tastatur suchen muss und eventuell bereits Erfahrungen mit dem einen oder anderen Anwendungsprogramm hat sammeln können (letzteres ist keine Teilnahmevoraussetzung), möchte nun vielleicht „Ausflüge“ ins Internet starten. Sie lernen, wie Sie Internetseiten besuchen, Informationen im Internet finden und wie Sie E-Mails senden und empfangen können.
Welche Probleme/Risiken (Hacker, Abzocker oder Viren) können auftauchen und wie kann ich mich dagegen schützen? Auch auf diese Fragen möchte der Kurs Antwort geben.
Skript/Bücherkosten; 17,50 € soweit erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 05444 9246

Wagenfeld, Schulzentrum, Computerraum
Martin Kempkes
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 18:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €, Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 26501002

Internet-Einführung

Fortsetzungskurs
Sie haben schon mal ins World Wide Web gesehen, fühlen sich aber noch unsicher im Umgang damit und wünschen weitere Informationen? Die Kinder haben Ihnen eine E-Mail-Adresse eingerichtet, aber kaum Zeit Ihnen die Handhabung zu vermitteln, u. a. E-Mails zu erstellen, beantworten oder weiterzuleiten, Anhänge öffnen oder versenden? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Wir nehmen uns die Zeit in Ruhe zu lernen; max. 8 Teilnehmer/-innen.
Skript/Bücherkosten: 17,50 € soweit erforderlich. Spez. Fragen z. Kurs: 04252 1504.

Bruchhausen-Vilsen, Die Scheune, Brautstr. 16
Ulrike Lampa-Aufderheide
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 30.05.13, 8:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 49,00 €
Kursnummer: 04501607

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Ulrike Lampa-Aufderheide
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 05.06.13, 09:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 52,00 €
Kursnummer: 12501603

Internet und Sicherheit

Eine Einführung in das Internet, Aufbau und Technik im Internet, www und E-Mail, Nutzen hilfreicher Anwendungen, die bekannten Suchmaschinen im Vergleich. EBay, PayPal und Onlinebanking? Der Kurs soll Ihnen dabei helfen, sich im World Wide Web besser zurecht zu finden und die Funktionen wichtiger Programme kennenzulernen; der Umgang mit Antivirensoftware und Firewalls wird kein Geheimnis mehr sein und Sie werden mit E-Mail-Programmen umgehen können.
Spez. Fragen z. Kurs: 05445 984030

Diepholz, Alte Realschule, Bahnhofstr. 11
Oliver Richter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 28.02.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 14,00 €,
Kleingruppe: 19,00 €
Kursnummer: 05501009

Frauen

E-Mailen - Internet - Suchen und Finden

in Kooperation mit dem Landfrauen-Verein Sulingen
Der Informationsaustausch über das Internet per E-Mail ist inzwischen für viele selbstverständlich geworden. Anhand von „web-Mail“, einem kostenlosen E-Mail-Programm, mit dem Sie weltweit, d.h. auch online ohne eigenen Rechner bzw. Internetzugang, Zugriff auf Ihren elektronischen Briefkasten haben, werden die folgenden Grundlagen vermittelt:

- Informationen zum Einrichten einer eigenen E-Mail-Adressen
- Erstellen von E-Mails, senden, empfangen, ablegen, wiederfinden
- Versenden von Anlagen
- Öffnen und Speichern von Anlagen
- Anlegen von Adressen/Gruppen
- Drucken
- Tipps und Tricks rund um die Internetrecherche und den Umgang mit Suchmaschinen

Alle Themen werden in gemäßigtem Lerntempo und entspannter Atmosphäre behandelt. Teilnahme-Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC
Unterrichtstage: 11.02., 18.02., 25.02. u. 04.03.2013.
Anmeldung über den Landfrauen-Verein, Frau Leuters, Tel. 04271 4299 (ab 18 Uhr), E-Mail: irmgard.leuters@web.de

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 19:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 36,00 €,
Kleingruppe: 46,00 €
Kursnummer: 22501703

Frauen

E-Mailen - Internet - Suchen und Finden

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die keine oder geringe Erfahrungen mit dem E-Mailen und dem Internet besitzen. In entspannter Atmosphäre und mit vielen praktischen Übungen werden Sie in folgende Themen eingewiesen:

- E-Mails schreiben und öffnen mit dem E-Mail-Programm „Windows Live Mail“
- Anlagen versenden
- Adressen anlegen
- Interneteinführung
- Umgang mit Suchmaschinen (Google & Co.)

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 10.04.13, 09:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 42,00 €,
Kleingruppe: 52,00 €
Kursnummer: 22502005

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Ulrike Kunst
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 16.04.13, 09:00 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03502003

Frauen

Suchen und Finden im Internet

in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Syke
Um sich in der Fülle der Informationen im Internet zurechtzufinden, werden in diesem Kurs Tipps rund um die Internetrecherche und den Umgang mit Suchmaschinen gegeben. Im Internet kann vieles recherchiert werden: Es können Begriffe nachgeschlagen, Texte übersetzt, Preise verglichen, Dinge gekauft und Reisen gebucht werden. Sie können im Internet Presseartikel lesen oder sich über Veranstaltungen informieren und z. B. auch einfach die Öffnungszeiten oder andere Informationen von öffentlichen Einrichtungen finden. Für diesen Kurs sind keine Internetvorkenntnisse erforderlich.

Syke, Stadtbibliothek,
Hinrich-Hanno-Platz 1
Margitta Staib
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 27.02.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 15,40 €
Kursnummer: 23501799

Frauen

E-Mailen - der Umgang mit der elektronischen Post

in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Syke
Der Informationsaustausch über das Internet per E-Mail ist inzwischen für viele selbstverständlich geworden. Anhand eines kostenlosen E-Mail-Programms lernen Sie wie Sie weltweit, d.h. auch ohne eigenen PC mit Internetzugang, Zugriff auf Ihren elektronischen Briefkasten haben. Die folgenden Grundlagen werden in diesem Kurs vermittelt: Das Einrichten einer E-Mail-Adresse, Verschicken und Empfangen von E-Mails, Öffnen, Speichern und Verschicken einer E-Mail mit Anhang (Dokument oder Foto), Erstellen eines Ablagesystems, Einrichten eines Adressbuchs. Auf individuelle Wünsche der Teilnehmerinnen wird soweit wie möglich eingegangen. Internetvorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Syke, Stadtbibliothek,
Hinrich-Hanno-Platz 1
Margitta Staib
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 10.04.13, 09:00 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., 25,80 €
Kursnummer: 23501704

Frauen

Kaufen im Internet - eBay für Anfängerinnen

in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Syke
Dieser Kurs richtet sich an alle Frauen, die gerne den bekannten Onlinemarktplatz „eBay“ kennen lernen möchten und selbst bei eBay Altes oder Neues kaufen wollen. Wir suchen nach Artikeln, verfolgen Angebote - schauen uns an, was beim Bieten wichtig ist und wie man die eBay-Funktionen für sich nutzen kann. Zum Kurs gehört auch das Einrichten eines Ebay-Kontos.

Voraussetzung für die Teilnahme ist eine eigene E-Mail-Adresse. Internetvorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Syke, Stadtbibliothek,
Hinrich-Hanno-Platz 1
Margitta Staib
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 05.06.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 15,40 €
Kursnummer: 23501707

Frauen

Verkaufen im Internet - eBay für Anfängerinnen

in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Syke
Dieser Kurs richtet sich an alle Frauen, die gerne selbst bei eBay Altes oder Neues verkaufen möchten. Wir schauen uns an, was beim Verkaufen wichtig ist und wie man die eBay-Funktionen für sich nutzen kann. Es gibt viele Praxistipps zum Einstellen eigener Artikel, die verkauft werden sollen. Schließlich stellen wir exemplarisch einen Artikel mit Foto und einer Artikelbeschreibung bei eBay ein.
Voraussetzung für die Teilnahme ist eine eigene E-Mail-Adresse, ein Ebay-Konto und Erfahrungen mit dem Einkauf bei Ebay (siehe Kurs „Kaufen im Internet“).

Syke, Stadtbibliothek,
Hinrich-Hanno-Platz 1
Margitta Staib
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 12.06.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 15,40 €
Kursnummer: 23501708

Wochenendseminar

Social Media

Wie nutze ich die neuen Medien?
Ein Social-Media-Experte führt in diesem Workshop in das sogenannte Web 2.0 ein. Er erklärt, wie und warum sich unsere Welt dadurch ändert und wie Sie diese Veränderungen für sich nutzen können. Am Beispiel Facebook, Blogs, Twitter, XING & Co. zeigt er Ihnen, wo Risiken und Chancen sind und wie Sie die Risiken minimieren und Ihre Chancen erhöhen. Gleichzeitig erhalten Sie einige praktische Tipps aus der Social-Media-Trickkiste, um ihre Zielgruppenreichweite und -genauigkeit zu verbessern.
Kursinhalte:
- Einführung in die Sozialen Medien
- Medien-Tipps für den Beruf und Alltag
- produktiver Einsatz von Blogs, Twitter, Google, XING, Facebook & Co
- Kompetenzen und Selbstmarketing
- Nutzen, Chancen und Risiken

Unterrichtszeiten: Fr, 17:00 - 21:00 Uhr, Sa, 09:00 - 15:00 Uhr.

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
IT-Team
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 15.02.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 57,60 €,
Kleingruppe: 67,60 € inkl. Pausenkaffee;
Kursnummer: 03501002

Homepage für alle

Website-Einrichtung für Einsteiger/-innen - der schnelle und einfache Weg zur eigenen Homepage
Nach einem Überblick über die verschiedenen Möglichkeiten, eine Website einzurichten, lernen Sie mit „Internetbaukastensystemen“, wie man ohne Programmierkenntnisse oder aufwändige Programme professionell nutzbare Internetpräsenzen sowie Blogs und Online-Shops erstellen kann.
Teilnahme-Voraussetzung: PC- und Internet-Grundkenntnisse.
Unterrichtszeiten: 4
Dienstagabende, 18:30 - 21:45 Uhr

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“,
Kirchweyher Str. 51
Ricardo Sant`Anna
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 07.05.13, 18:30 Uhr
4 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €,
Kleingruppe: 56,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00501009

Digitale Fotografie und Bildbearbeitung

Arbeiten mit Adobe Photoshop CS

In diesem Einführungsseminar werden wir uns mit den grundlegenden Funktionen der Bildbearbeitungssoftware von Adobe Photoshop CS beschäftigen - daher eignet sich dieses Seminar für Teilnehmer ohne oder nur mit geringen Vorkenntnissen.
Die Übungen beinhalten die Schwerpunkte grundlegende Bildkorrekturen, Menüs und Werkzeuge. Sie werden Ihre ersten Erfahrungen mit dem Arbeiten von Ebenen und dem Einsatz von Filtern machen und werden Ihre Bilder mit Text versehen.
Bitte Notebook mit der Software Adobe Photoshop CS (mind. Version CS4) mitbringen.
Skript/Bücherkosten: 18,80 € soweit erforderlich. Spez. Fragen z. Kurs: 04207 5761.

Syke, Berufsbildende Schulen, Gebäude B2-120
Christa Rath-Franke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 04.04.13, 18:30 Uhr
5 U-Tage, 15 U-Std., 46,50 €, Kleingruppe: 56,50 €
Kursnummer: 23501010

Wochenendseminar

Digitale Fotografie „Grundkurs“

In Theorie und Praxis
Nach einer theoretischen Einführung in die Aufnahmetechnik mit einer Digitalkamera soll vor allem der Umgang mit der eigenen Kamera im Vordergrund stehen. Die Aufnahmetechnik für verschiedene Aufnahmesituationen soll in praktischer Fotografie geübt und verfestigt werden. Schwerpunkte sind die Einstellungen der Kamera für qualitativ optimale Ergebnisse, die Belichtungstechnik mit verschiedenen Aufnahmeprogrammen und die Einstellungen der Verschlusszeit und der Blende für Belichtung, Schärfe und Tiefenschärfe. Ein kleiner Exkurs in die Bildgestaltung ist inklusive. Der Kurs ist für Einsteiger und Aufsteiger mit keinen oder wenigen Vorkenntnissen gedacht und sowohl für Personen mit kompakten Digitalkameras, als auch für Besitzer/-innen von Bridge- und Spiegelreflex-Digitalkameras geeignet. Bitte eigene Kameras und Bedienungsanleitungen mitbringen!
Fr, 17:00 - 21:00 Uhr und Sa, 10:00 - 14:00 Uhr. Spez. Fragen z. Kurs: 0421 89827842.

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Harald Klapproth
Fr, 11.01.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 43,00 €, Kleingruppe: 48,00 €, inkl. Skript und Pausenkaffee.
Kursnummer: R03501031

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Harald Klapproth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.03.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 8 U-Std., 34,40 €, Kleingruppe: 39,40 €, inkl. Skript und Pausenkaffee.
Kursnummer: 03501030

Wochenendseminar

Digitale Fotografie „Fortgeschrittene“

In Theorie und Praxis
Gedacht ist der Kurs für Fotointeressierte, die bereits einige Vorkenntnisse besitzen und sich in der digitalen Fotografie weiterentwickeln möchten. Eine Vertiefung in die digitale Bilderfassung, die fotografische Belichtung und aufnahmetechnische Bildkorrekturen gehören ebenso zu den Schwerpunkten, wie die Aufbereitung der Bilddateien über die Bildbearbeitung bis hin zum gewünschten fotografischen Ergebnis. Die theoretischen Erkenntnisse sollen in praktischen Übungen umgesetzt und verfestigt werden. Der Kurs ist sowohl für Personen mit kompakten Digitalkameras, als auch für Besitzer/-innen von Bridge- und Spiegelreflex Digitalkameras geeignet. Bitte eigene Kameras und Bedienungsanleitungen mitbringen!
Fr, 17:00 - 21:00 Uhr und Sa, 10:00 - 14:00 Uhr. Spez. Fragen z. Kurs: 0421 89827842.

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Harald Klapproth
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 12.04.13, 17:00 Uhr
2 U-Tage, 10 U-Std., 43,00 €, Kleingruppe: 48,00 €, inkl. Skript und Pausenkaffee.
Kursnummer: 03501031

Die Raffinessen mit der Digitalkamera

Mehr fotografische Möglichkeiten entdecken mit den sehr hilfreichen Einstellungen an der Digitalkamera. In praktischen Übungen werden die Funktionen wie Weißabgleich, Belichtungsreihen, Digitalzoom, Dateiformat, Messfelder oder Histogramm erklärt. Allesamt praktische Helfer für bessere Fotos. Bitte Digital(spiegelreflex)kamera und die Bedienungsanleitung mitbringen.
Skript 2,00 €

Weyhe, VHS im Bahnhof Kirchweyhe, Raum 1.2, Bahnhofsplatz
Harald Schwörer
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 18:00 Uhr
4 U-Tage, 16 U-Std., 60,80 €
Kursnummer: 12501008

Foto-/Bildbearbeitung

Wie funktioniert eine Digitalkamera? Begriffserklärung: Auflösung, Speicher und Speicherformate, optischer und digitaler Zoom. Einstellbeispiele zum Fotografieren. Hardwareanforderung von PC und Drucker. Übertragen der Fotos von der Kamera auf den PC und Ausdruck von Musterbildern. Arbeiten mit einem Bildbearbeitungsprogramm. Vorbereitung einer Fotoschau am PC/TV.
Weitere Kursinhalte: Übungen für das Anlegen von Speicherordnern unter Windows auf dem PC, Kopieren und Verschieben der Fotos von der Kamera auf den PC. Informationen und Installationshilfen kostenfreier Bildbearbeitungsprogramme. Ein Aufbaukurs, z.B. Fotobucherstellung, wird bei Interesse angeboten.
Digitalkameras (Bedienungsanleitung, geladene Akkus sowie Zubehör) sollten, das eigene Notebook kann mitgebracht werden. Alle Themen werden in gemäßigtem Lerntempo in entspannter Atmosphäre behandelt.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 3844

Twistringen, Hildegard-von-Bingen Gymnasium, Vechtaer Straße
Heiner Wolter
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 18:30 Uhr
2 U-Tage, 6 U-Std., 18,60 €, Kleingruppe: 23,60 €
Kursnummer: 24501008

Wochenendseminar

Foto-/Bildbearbeitung inkl. Fotobucherstellung

Wie funktioniert eine Digitalkamera? Begriffserklärung: Auflösung, Speicher und Speicherformate, optischer und digitaler Zoom. Einstellbeispiele zum Fotografieren. Hardwareanforderung von PC und Drucker. Übertragen der Fotos von der Kamera auf den PC und Ausdruck von Musterbildern. Arbeiten mit einem Bildbearbeitungsprogramm. Vorbereitung einer Fotoschau am PC/TV. Weitere Kursinhalte: Übungen für das Anlegen von Speicherordnern unter Windows auf dem PC, Kopieren und Verschieben der Fotos von der Kamera auf den PC. Informationen und Installationshilfen kostenfreier Bildbearbeitungsprogramme, Erstellung eines Fotobuchs. Im Kursentgelt ist ein Gutschein für ein (somit kostenloses) Fotobuch enthalten.
Digitalkameras (Bedienungsanleitung, geladene Akkus sowie Zubehör) sollten mitgebracht werden.
Alle Themen werden in gemäßigtem Lerntempo in entspannter Atmosphäre behandelt.

Unterrichtstage: Fr, 19. und 26.04. jeweils 18:00 - 21:15 Uhr sowie Sa, 20. und 27.04. jeweils 09:00 - 12:15 Uhr.
Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
EDV Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 19.04.13, 18:00 Uhr
4 U-Tage, 16 U-Std., 62,40 €, Kleingruppe: 72,40 €; inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 22501009

Unterrichtstage: Di., 28.05.. 11.06. und 18.06.13 jeweils von 18:00 - 21:15 Uhr
Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
EDV Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 28.05.13, 18:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 46,80 €, Kleingruppe: 56,80 €; inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 03501013

Fotoalbum ade! - Es lebe das Fotobuch!

Ein Fotobuch mit digitalen Bildern persönlich gestalten mit erprobter, kostenloser Gestaltungssoftware, um Urlaubsreisen, Familienfeste oder auch nur einige schöne Erinnerungsfotos eindrucksvoll zu präsentieren, zu verschenken oder die Bilder nur zu archivieren.
Schritt für Schritt wird vermittelt, wie ein Fotobuch erstellt und bestellt wird. Einfache Techniken der Bildbearbeitung und –Verbesserung, der Texterstellung und Bildanordnung werden angesprochen.
Bitte bringen Sie Ihr Notebook mit Administratorzugang und max. 50 digitale Bilder mit! Wir werden das Programm im Kurs installieren.
Spez. Fragen z. Kurs: 04207 5761

Syke, Berufsbildende Schulen, Gebäude B2-120
Christa Rath-Franke
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 09.04.13, 18:30 Uhr
3 U-Tage, 9 U-Std., 27,90 €,
Kleingruppe: 37,90 €
Kursnummer: 23501012

Tagesseminar

Fotografie für Einsteiger/-innen, Teil 1

Die Teilnehmer/-innen lernen die Technik und Einstellungen der Kamera in dem praxisnahen Workshop zu verstehen: Was muss ich bei einer Aufnahme bedenken und berücksichtigen? Welches ist die richtige Perspektive für die Aufnahme?
Wie kann ich meine Kompakt-Kamera besser einsetzen? Was heißt Programm-Vorwahl? Was heißt Blenden-Vorwahl? Wie funktioniert meine Kamera? Was heißt Bildauflösung? Nach einer theoretischen Einführung in das Thema werden die Tipps der erfahrenen Fotografin direkt in die Praxis umgesetzt. Es werden Übungen vor Ort ausgeführt und die Ergebnisse gleich am Bildschirm besprochen. Nach der Praxis-Session am 2. Tag findet eine Besprechung statt.
Der Kurs richtet sich an Erwachsene ohne Vorkenntnisse. Spaß am Fotografieren - das ist unser Ziel!
Bitte Kameraausrüstung und Bedienungsanleitung mitbringen sowie leere Chips und volle Akkus. Manuskript-Kosten 2,50 €.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 24,80 €,
Kleingruppe: 29,80 €
Kursnummer: 24511011

Fotografie für Einsteiger/-innen, Teil 2

(für Teilnehmer/-innen des Workshops „Fotografie für Einsteiger/-innen Teil 1“
Wir lernen die Kamera besser zu verstehen und beherrschen. Wir speichern unsere Bilder auf dem PC, wir erstellen Ordner und organisieren unsere Bilder. Danach lernen wir, die Bilder zu schneiden und besprechen, wie wir die ausgewählten Bilder als Diashow anschauen und die Bilder ausdrucken können.
Nach einer theoretischen Einführung in das Thema werden die Tipps der erfahrenen Fotografin direkt in die Praxis umgesetzt. Nach der Praxis-Session am 2. Tag findet eine Besprechung mit Bildauswertung statt. Spaß am Fotografieren. Das ist unser Ziel!
Bitte Kameraausrüstung und Bedienungsanleitung mitbringen sowie leere Chips und volle Akkus.
Manuskript-Kosten 2,50 €.
Unterrichtstage: Samstag, 09.03.2013, 10:00 - 16:30 Uhr, Freitag, 15.03.2013, 19:00 - 20:30 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 10 U-Std., 31,00 €,
Kleingruppe: 36,00 €
Kursnummer: 24511012

Aufbaukurs für Teilnehmer/-innen der Fotokourse 2012 - Workflow

Arbeiten mit Gratis-Software
Bilder von der Kamera auf den PC kopieren - Ordner stellen - Bilder schneiden und belichten. Ein Workflow von der Aufnahme bis zum Bildausdruck.
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 19:00 Uhr
2 U-Tage, 4 U-Std., 12,40 €,
Kleingruppe: 17,40 €
Kursnummer: 24501002

Fotografie für Seniorinnen und Senioren (Anfänger/-innen)

Sie sind in Rente. Sie haben Zeit und möchten Ihr Hobby „Fotografieren“ ausbauen und in die Digitale Welt eintreten. Oder einfach Ihre Kamera besser verstehen um gute Urlaubs-Reisebilder zu machen! Die Teilnehmer/-innen lernen die Technik und Einstellungen der Kamera in dem praxisnahen Workshop zu verstehen: Was muss ich bei einer Aufnahme bedenken und berücksichtigen? Welches ist die richtige Perspektive für die Aufnahme? Wie kann ich meine Kompakt Kamera besser einsetzten? Was heißt Programm-Vorwahl? Was heißt Blenden-Vorwahl? Wie funktioniert meine Kamera? Was heißt Bildauflösung? Was ist ein Pixel?
Wir speichern unsere Bilder von der Kamera auf den PC ab. Wir erstellen Ordner und organisieren unsere Bilder. Wir lernen die ausgewählten Bilder als eine Diashow anzuschauen.
Nach einer theoretischen Einführung in das Thema werden die Tipps der erfahrenen Fotografin direkt in die Praxis umgesetzt. Es werden Übungen vor Ort ausgeführt und die Ergebnisse gleich am Bildschirm besprochen. Spaß am Fotografieren. Das ist unser Ziel!
Bitte Kameraausrüstung und Bedienungsanleitung am 1. Tag mitbringen sowie leere Chips und volle Akkus.
Manuskript-Kosten 2,50 €.
Unterrichtstage:
03.07.2013, 16:00 - 19:00 Uhr, Theoretische Einführung
10.07.2013, 16:00 - 19:00 Uhr
17.07.2013, 16:00 - 19:00 Uhr
Spez. Fragen z. Kurs: 04243 942143

Twistringen, VHS in Twistringen, Brunnenstraße 5 a (Seiteneingang)
Linda Peinemann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 03.07.13, 16:00 Uhr
3 U-Tage, 12 U-Std., 37,20 €,
Kleingruppe: 47,20 €
Kursnummer: 24511013

Unternehmensführung, Werbung, Buchführung, Rechnungswesen, Lohn- und Gehaltsabrechnung

Tagesseminar

Unternehmerführerschein

Das Seminar spricht speziell Existenzgründer und die, die noch Existenzgründer werden wollen, an. Die Inhalte stellen einen Leitfaden bzw. Orientierung zur Führung eines Unternehmens dar. Das Seminar bietet einen strukturreichen Überblick über Anforderungen, Herangehensweise sowie über konzeptionelle und betriebswirtschaftliche Fragen vor und während der Existenzgründung.
(Marketing, Personalführung, rechtliche und steuerliche Fragen, persönliche und betriebliche Absicherung)

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Bernhard Haas / Doris Strozny / Werner Haevelmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 23509001

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Bernhard Haas / Doris Strozny / Werner Haevelmann
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 16.03.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 30,00 €,
Kleingruppe: 35,00 €
Kursnummer: 04509001

„David-Konzept“ - zielgerichtete Werbung für Kleinbetriebe

Kleine Betriebe sind mit der Eigenwerbung häufig überfordert. Neben der anspruchsvollen Arbeit bleibt weder Zeit noch Energie für die Eigenwerbung.
Das „David-Konzept“ zeigt, wie der kleine Betrieb auch mit einem kleinen Budget erfolgreich in seinem spezifischen Markt gegen die „Großen“ bestehen, sogar besser sein kann. Es handelt sich um eine einfach umzusetzende Strategie, die Kunden- und Unternehmenswunsch zusammenführt.
Sie bringt schnelle Erfolge, ohne das Unternehmen zu überfordern, sofern der Unternehmer aktiv an der Umsetzung der Ziele arbeitet.
Weitere Termine: 14.02., 28.02.2013, jeweils 19:00 - 21:15 Uhr;
Spez. Fragen z. Kurs: 04251 92330

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55
Carlos Urban
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.02.13, 19:00 Uhr
3 U-Tage, 9 U-Std., 50,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 04500007

Vortrag

Elektronische Steuererklärung mit Elster

in Kooperation mit dem Finanzamt Syke und der Gemeinde Stuhr
Über 3,5 Millionen Bürger und Bürgerinnen haben letztes Jahr ihre Einkommenssteuererklärung elektronisch beim Finanzamt eingereicht. Die VHS und das Finanzamt Syke möchten Ihnen vorführen, wie auch Sie einfach und unkompliziert, Ihre Einkommenssteuererklärung bearbeiten und die Vorteile der elektronischen Übermittlung mit Hilfe der kostenlosen Software „Elster“ nutzen können.
Vorteile von Elster-Online:
- Vermeidung von Eingabefehlern durch interne Plausibilitätsprüfung
- Ein integriertes Steuerberechnungsprogramm sorgt für Klarheit und Kalkulierbarkeit
- Änderungen bis zur Bearbeitung jederzeit möglich
- Vorrangige Bearbeitung und dadurch schnellere Erstattungen

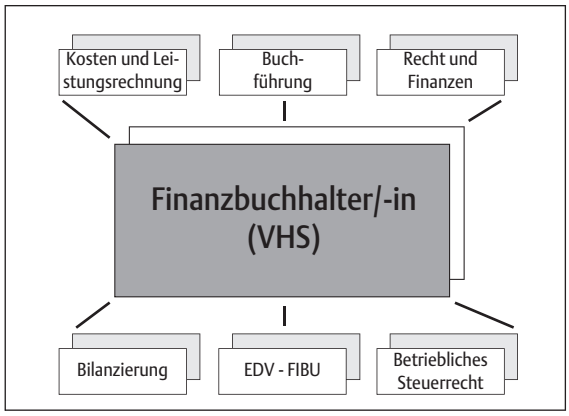
In dem Vortrag (mit Video-Beamer) erhalten Sie allgemeine Informationen zum Arbeiten mit Elster und eine praktische Vorführung von Elster mit einer „Live-Darstellung“ eines Einkommenssteuer-Musterfalls.
Termin wird in der regionalen Presse bekanntgegeben.

Stuhr, Rathaus, Blockener Str. 6
Theo Garrelts
Mo, 18.03.13, 19:00 Uhr
1 U-Tag, 3 U-Std., entgeltfrei
Kursnummer: 03500006

Buchführung - Theorie und Praxis

Grundkurs
Dieser Kurs ist auf die Praxis abgestellt und soll Grundkenntnisse in der Theorie, Kontierungen, Buchungssätze, Inventur, Bilanz und GuV vermitteln und Verständnis für Vorgänge, Rechnungen, Umsatzsteuermeldungen und sonstige Auswertungen bringen.

Finanzbuchhalter/-in (VHS)



Der Lehrgang richtet sich vornehmlich an Beschäftigte in Handel, Industrie und Verwaltung, die eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben. Angesprochen sind aber auch Interessierte, die ihre Kenntnisse im Bereich des Rechnungswesens auffrischen wollen.

Ziel:
Befähigung, die im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.

Inhalte:
Buchführung, Recht und Finanzen, Kosten- und Leistungsrechnung, Bilanzierung, Betriebliches Steuerrecht, EDV-Finanzbuchhaltung. Interessierte können jeden dieser 6 Bausteine auch einzeln belegen, d. h. ohne am Gesamtlehrgang teilzunehmen.

Prüfungen:
Innerhalb des Lehrgangs werden 6 Prüfungen durchgeführt. Da es sich um landeseinheitliche Prüfungen handelt, können Vorbereitungskurse auch an anderen Volkshochschulen Niedersachsens besucht werden. Die Teilnahme an jeweils einzelnen Modulen und die Möglichkeit von Bausteinprüfungen erlaubt es auch, den Lehrgang zeitweise zu unterbrechen. Bildungsprämie: Für diesen Lehrgang ist es möglich, 500 € Zuschuss (Bildungsprämie) zu erhalten, wenn bestimmte Voraussetzungen vorliegen. Nähere Auskünfte am Infoabend.

Die Lehrgangsgebühr wird nicht als Gesamtsumme fällig, sondern ist mit Teilbeträgen je Baustein zu zahlen.
Für diejenigen, die studieren wollen (auch ohne Abitur möglich): Für den Abschluss „Finanzbuchhalter/in“ (VHS) werden in bestimmten Bachelor-Studiengängen 8 Kreditpunkte angerechnet. Das entspricht einem Workload von 200 Arbeitsstunden.
Prüfungsgebühr: Je 40,00 € für die theoretischen Bausteine. 45,00 € für den Baustein EDV-Finanzbuchhaltung.

Unterrichtstage:
Di, 18:30 - 21:45 Uhr und 2- bis 3-mal im Monat Sa, 8:00 - 13:00 Uhr.

Infotermin: Di., 23.04.2013, 19:00 Uhr

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14, Raum 26 b
Michael Lehmkuhl
Di, 07.05.13, 18:30 Uhr
89 U-Tage, 380 U-Std., 1292,00 €
Kursnummer: 00505005

Im zweiten Teil des Kurses werden an Hand von Belegbeispielen die erworbenen Kenntnisse am PC umgesetzt, sowie Unterlagen und Listen erstellt und ausgewertet. EDV Buchführung mit dem Programm Lexware. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04221 3361

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Wolfgang Rausch
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 20.02.13, 19:00 Uhr
12 U-Tage, 36 U-Std., 109,80 €,
Kleingruppe: 119,80 €
Kursnummer: 03505001

Finanzbuchführung

Grundlagen der Buchführung
Inventur, Inventar, Bilanz, Gewinnermittlung der Buchungssatz, EBK, SBK, Aufbau der Finanzbuchführung, Buchungskreislauf, Warenkonten, Preisnachlässe, System der Umsatzsteuer, Ust-VA., Kreditoren, Debitoren, Abschreibung. Praxisbezogen - Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 163926

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Markus Stier
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 13.05.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 30 U-Std., 87,00 €, Kleingruppe: 97,00 €. Keine Ermäßigung möglich.
Kursnummer: 23505004

Lohn und Gehalt

Inhalte:
Grundlagen: Vertrags- und Arbeitsrecht, Lohn- und Gehaltsabrechnung, Bruttobezüge, Sachbezüge, KFZ, Verpflegung, Waren, etc. Zuschläge, Fehlzeiten, Verbuchen in der FiBu.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 163926

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Markus Stier
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 11.02.13, 19:00 Uhr
10 U-Tage, 30 U-Std., 87,00 €,
Kleingruppe: 97,00 €
Kursnummer: 23505001

Lohn- und Gehaltsabrechnung

Theorie und EDV-Praxis
Lohn- und Gehaltsabrechnungen werden in der Praxis zunehmend mit Hilfe von PC-Anwendungsprogrammen erstellt. In diesem Lehrgang sollen zunächst in dem Theorie-Teil (64 Unterrichtsstd.) die grundlegenden Kenntnisse für die Lohn- und Gehaltsabrechnungen geschaffen werden. Themen sind z. B. Rechtsgrundlagen, Brutto- und Nettoabrechnung, Durchschnittssätze, Lohn- und Kirchensteuer, Sozialversicherung, vermögenswirksame Leistungen, weitere Abzüge.
In dem anschließenden EDV-Teil (36 Unterrichtsstd.) werden anhand des professionellen Programmes „Lexware“ die erworbenen Kenntnisse am PC umgesetzt. Anhand von Fallbeispielen aus der Praxis werden Abrechnungen für mehrere Monate erstellt, um so die nötige Routine für die berufliche Anwendung zu erwerben.
Es besteht die Möglichkeit, den Abschluss „Fachkraft für Lohn- und Gehaltsabrechnung“ (VHS) zu erwerben.
Theorieteil: Prüfungsgebühr 40,00 €
Praxisteil: Prüfungsgebühr 45,00 €
Unterrichtstage: immer Donnerstags, 18:30 - 21:45 Uhr
Theorie: 64 Ustd., Praxis: 36 Ustd.

Bassum, WBZ, Mühlenweg 12-14
Michael Lehmkuhl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do., 21.02.13, 18:30 Uhr
25 U-Tage, 100 U-Std., 310,00 €
Kursnummer: 00505023

Bildungsurlaub

EDV-Finanzbuchhaltung mit Lexware

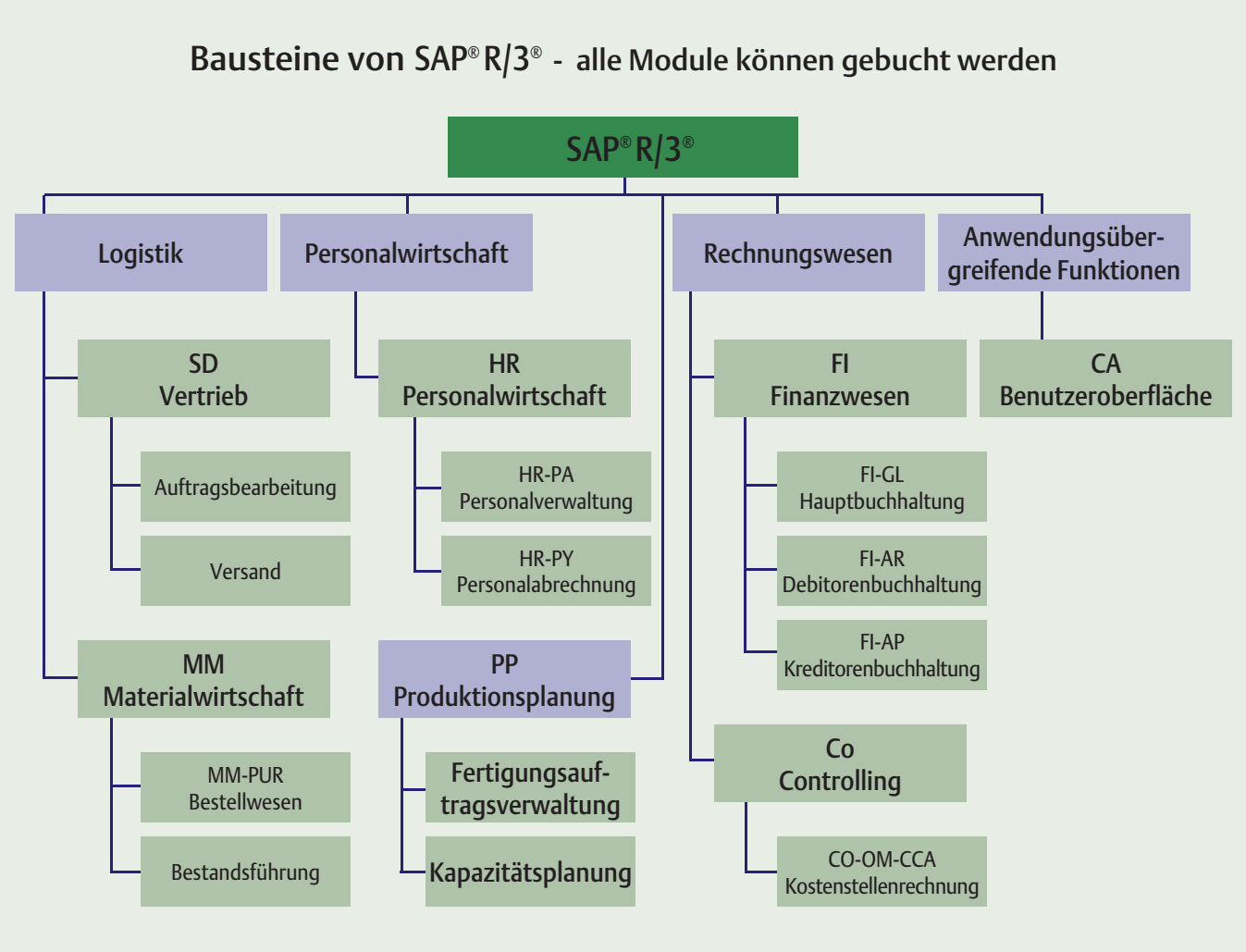
In diesem Seminar werden Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten zu folgenden Schwerpunkten vermittelt:
Hardware-Konfigurationen und das Installationsverfahren für den Einsatz eines Fibu-Programms

- Struktur und Systemlogik eines Finanzbuchhaltungsprogramms
- Selbständiges Arbeiten mit diesem Programm
- Vornahme von Auswertungen und Durchführung von Abschlüssen.

Grundkenntnisse in EDV sind sinnvoll, sichere Buchhaltungskenntnisse werden vorausgesetzt. Das Seminar kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden und ist bei bestandener Prüfung anerkannt als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter/-in (VHS)“.

Das Seminar ist für Teilnehmende des Finanzbuchhalter-Lehrgangs vorgesehen. Sollten noch Plätze frei sein, können diese auch von Externen gebucht werden.
Prüfungsentgelt: 45,00 €; 5 U-Tage;
Prüfungstermin: Sa., 13.04.2013

Stuhr-Brinkum,
VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Michael Lehmkuhl
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 08.04.13, 09:00 Uhr
6 U-Tage, 48 U-Std., 163,20 €
Kursnummer: 00505099



Bildungsurlaub

SAP R/3 - Einsatzmöglichkeiten einer betriebswirtschaftlichen Software

CBT-Simulation
SAP R/3 ist ein besonders für große Unternehmen geeignetes und sehr komplexes Informationssystem, welches in allen betrieblichen Teilbereichen eingesetzt werden kann. Durch Bearbeitung von CBT-Modulen (Computerbased Training = Simulation der Arbeit mit SAP-Modulen) lernen die Teilnehmer/-innen die Bedieneroberfläche und die Dialogfunktionen kennen. Sie bearbeiten im Rahmen der Simulation einzelne Geschäftsfälle im Dialog am PC. Es handelt sich um eine computergestützte Lernmethode, die stets mit Erläuterungen, allgemeinen Erklärungen und der Behandlung ergänzender Themen aus dem Bereich des betrieblichen Rechnungswesens abwechselt. Jeder der Teilnehmenden kann Lerntempo und Umfang des Lernstoffes selbst bestimmen. Angesprochen werden durch dieses Weiterbildungsangebot Angestellte und Auszubildende in kaufmännischen und technischen Tätigkeitsfeldern (z. B. Industriemeister, -fachwirte, Wirtschaftsingenieure), sowie Arbeitssuchende und Interessierte, die sich über eine weit verbreitete Software informieren wollen.

Nach einer Einführung in die jeweiligen SAP R/3 Module können die Teilnehmer/-innen selbst wählen, in welchem Teilmodul sie vertiefende Kenntnisse erwerben möchten.
Kursinhalte: Dialogfunktionen, d.h. Umgang mit der Programmoberfläche, individuelle Programmeinstellungen, Module des SAP R/3-Systems im Überblick.
Unterrichtszeiten:
Mo. - Fr., jeweils 09:00 - 16:30 Uhr.

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Willi Wagner
Anmeldung bis 01.02.2013
Mo, 04.03.13, 09:00 Uhr
5 U-Tage, 40 U-Std., 234,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00505030

Tagesseminar

SAP R/3 Allgemeine Grundlagen

CBT-Simulation
Beschreibung siehe Kursnr. 00505030.
Teilnahme-Voraussetzung: Kaufmännische Grundkenntnisse.
Unterrichtszeiten: 09:00 - 16:30 Uhr

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Willi Wagner
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.03.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 54,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00505006

Tagesseminar

SAP R/3 Grundlagen Finanzbuchhaltung (FI)

CBT-Simulation
Beschreibung siehe auch Kursnr. 00505030
Kursinhalte: Übersicht über Hauptbuchhaltung, Standartreport Kontenplan, Sachkonten anlegen, Kassenbelege erfassen, gemerkter Beleg, Zahlungsausgang, Salden-/ Postenanzeige, Urbeleg Dauerbuchung, Buchungsperioden aktualisieren.
Teilnahme-Voraussetzung: Kaufmännische Grundkenntnisse, SAP R/3 Allgemeine Grundlagen.
Unterrichtszeiten: 09:00 - 16:30 Uhr

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Willi Wagner
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Di, 05.03.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 54,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00505007

Tagesseminar

SAP R/3 Grundlagen Finanzwesen und Controlling (FI - CO)

CBT-Simulation
Beschreibung siehe auch Kursnr. 00505030
Kursinhalte: Rechnungswesen im integrierten R/3®-System, Anwendungen des Finanzwesens, Organisationsstrukturen der Finanzbuchhaltung und FI-Stammdaten, Haupt-/Nebenbuchungen, Integration in Produktion, Logistik und Controlling, Anwendungsgebiete des Controllings, Organisationsstrukturen des Controllings und CO-Stammdaten, Gemeinkostenrechnung, Auftrags- / Projektkostenrechnung, Integration in die Produktion und Logistik.
Teilnahme-Voraussetzung: Kaufmännische Grundkenntnisse, SAP R/3 Allgemeine Grundlagen.
Unterrichtszeiten: 09:00 - 16:30 Uhr

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Willi Wagner
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.03.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 54,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00505008

Tagesseminar

SAP R/3 Materialwirtschaft (MM)

CBT-Simulation
Beschreibung siehe auch Kursnr. 00505030
Kursinhalte: Umfeld des Einkaufes, Externe Beschaffungs-Belegsbearbeitung, Einkaufsinfosatz, Einkaufsbelege: Auswertungen, Stammdaten des Einkaufes.
Teilnahme-Voraussetzung: Kaufmännische Grundkenntnisse, SAP R/3 Allgemeine Grundlagen.
Unterrichtszeiten: 09:00 - 16:30 Uhr

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Willi Wagner
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Do, 07.03.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 54,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00505009

Tagesseminar

SAP R/3 Vertrieb und Versand (SD)

CBT-Simulation
Beschreibung siehe auch Kursnr. 00505030
Kursinhalte: Materialwirtschaft im integrierten R/3®-System, Vertrieb im integrierten R/3®-System, Modul SD und Vertrieb, Einzelbearbeitungen, Arbeitsvortrag, Aufträge zusammenführen.
Teilnahme-Voraussetzung: Kaufmännische Grundkenntnisse, SAP R/3 Allgemeine Grundlagen.
Unterrichtszeiten: 09:00 - 16:30 Uhr

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Willi Wagner
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.03.13, 09:00 Uhr
1 U-Tag, 8 U-Std., 54,80 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00505010

SAP R/3 Produktionsplanung - Fertigungsauftragsverwaltung

CBT-Simulation
Der Kurs vermittelt einen grundlegenden Überblick zu folgenden Themen:
Einordnung und Überblick: Produktionsplanung und -steuerung, Fertigungssteuerung in R/3;
Bearbeitung von Fertigungsaufträgen: Fertigungsaufträge anlegen, Komponenten- und Vorgangsbearbeitung;
Fertigungsauftragsverwaltung: Verfügbarkeitsprüfung durchführen, Materialbereitstellung für die Fertigung, Rückmeldung und Abrechnung.
Teilnahme-Voraussetzung: Kaufmännische Grundkenntnisse sowie Absolvierung SAP R/3 Grundlagen oder vergleichbare Kenntnisse.
Unterrichtszeiten: Montag u. Dienstag, jeweils 19:00 - 21:15 Uhr.

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Willi Wagner
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mo, 04.03.13, 19:00 Uhr
2 U-Tage, 6 U-Std., 45,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00505011

Hinweis:

Alle weiteren im Schaubild aufgeführten Module können an jedem beliebigen Tag in der Woche vom 04. - 08.03.2013 belegt werden. Voraussetzung: Absolvierung des Tagesseminars SAP R/3 Allgemeine Grundlagen oder vergleichbare Kenntnisse.

SAP R/3 Produktionsplanung - Kapazitätsplanung

CBT-Simulation
Der Kurs vermittelt einen grundlegenden Überblick zu folgenden Themen:
Produktionsplanung in SAP R/3: Einführung in die MRP II Philosophie, SOP, MP, MRP, Integrative Möglichkeiten in R/3; Planungsebenen in R/3: Absatz- und Grobplanungsebene, Planen auf der Programmplanungsebene, Planen auf der Bedarfsplanungsebene;
Kapazitätsplanung in R/3: Grundlagen, Kapazitätsauswertungen, Kapazitätsabgleich.
Teilnahme-Voraussetzung: Kaufmännische Grundkenntnisse sowie Absolvierung SAP R/3 Grundlagen oder vergleichbare Kenntnisse.
Unterrichtszeiten: Montag u. Dienstag, jeweils 19:00 - 21:15 Uhr.

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Willi Wagner
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Mi, 06.03.13, 19:00 Uhr
2 U-Tage, 6 U-Std., 45,00 €
inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00505012

Einführung in das Telefonieren mit dem Handy

Generation 60 plus
In diesem Kurs lernen Sie die Grundfunktionen und -einstellungen Ihres Handys kennen. Neben dem eigentlichen Telefonieren werden Sie Ihren „Anrufbeantworter“ (Mailbox) einrichten und abfragen, Rufnummern in Ihr Telefonbuch eintragen und Kurznachrichten (SMS) verschicken und empfangen.
Bitte bringen Sie Ihr betriebsbereites und voll aufgeladenes Handy mit der dazugehörigen Bedienungsanleitung mit und geben Sie bei der Anmeldung Fabrikat und Typ an.
Der Kurs ist geeignet für Besitzer aller Fabrikate.
Spez. Fragen z. Kurs: 05022 1564

Bruchhausen-Vilsen, Bavendamsches Haus, Gesundheitsraum, Bahnhofstraße 55
Christine Ehlers
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.03.13, 14:00 Uhr
1 U-Tag, 5 U-Std., 20,50 €, inkl. Kaffee und Kuchen
Kursnummer: 04500600

Wochenendseminar

Android-Smartphone: Grundlagen

Bedienung, Einstellungen und Sicherheit
Viele Hersteller von Smartphones (moderne Mobiltelefone) statten ihre Geräte mit dem Android-System von Google aus. Mittlerweile arbeiten die meisten Smartphones mit diesem Betriebssystem. Wir zeigen Ihnen in diesem Seminar, wie Sie Ihr Android-Smartphone richtig und effektiv einstellen und nutzen. Alle Übungen führen Sie während der Veranstaltung auf Ihrem eigenen Android-Smartphone durch.
Kursinhalt: Telefonfunktionen, Internet-Browser, E-Mail-Konto einstellen, Termine & Kontakte mobil nutzen, Oberfläche anpassen, Apps installieren, Stromspartipps, Ihr Smartphone als Access-Point.
Bitte das eigene Android (ab Version 2.3) -Smartphone mitbringen.
Unterrichtszeiten: Sa., 23. u. So., 24.02.13, jeweils 09:00-16:00 Uhr

Weyhe-Kirchweyhe, „Trafo“, Kirchweyher Str. 51
Ricardo Sant`Anna
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 23.02.13, 09:00 Uhr
2 U-Tage, 12 U-Std., 56,00 €,
Kleingruppe: 66,00 € inkl. Pausenkaffee
Kursnummer: 00501010

Tagesseminar

Das Smartphone-Betriebssystem Android

In diesem Kurs wird Ihnen der Aufbau eines modernen Handy (Smartphone) mit Android-Betriebssystem erklärt. Darüber hinaus werden allgemeine Einstellungen erläutert, das Installieren von Programmen (Apps) gezeigt und die Unterschiede zum iOS (Betriebssystem des Apple Smartphone „iphone“) aufgezeigt. Weitere Programme, z.B. wie das Smartphone als Navi zu nutzen ist, werden angesprochen.
Ferner gibt es einen kurzen Einblick in die Multimediamöglichkeiten eines Smartphone. Bitte das eigene Smartphone mit aufgeladenem Akku mitbringen.

Sulingen, VHS in Sulingen, Am Deepenpool 29, Eingang Mittelschulweg
EDV Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 09.02.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 14,00 €,
Kleingruppe: 19,00 €
Kursnummer: 22501010

Twistringen, Hildegard-von-Bingen Gymnasium, Vechtaer Straße
EDV Dozententeam
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Sa, 06.04.13, 10:00 Uhr
1 U-Tag, 4 U-Std., 14,00 €,
Kleingruppe: 19,00 €
Kursnummer: 24501010

Hinweis:
Einen i-Phone-Kurs
finden Sie auf Seite 232.

Schreibtechnik - Tastschreiben

Wer die PC-Tastatur beherrscht, kann schneller und effektiver arbeiten

Für alle, die mit dem PC arbeiten, ist es daher sinnvoll, das Tastschreiben zu erlernen - also zu schreiben, ohne auf die Tasten schauen zu müssen. Denn wenn es zum Beispiel um das Schreiben von Briefen oder das Surfen im Internet geht, ist die Tastatur lediglich „Mittel zum Zweck". Die Erarbeitung erfolgt nach der 10-Finger-Tastschreibmethode.

Das Kurssystem

- Baustein 1 - Einstieg
  Lernziel: Erarbeiten des vollständigen Tastenfeldes nach der 10-Finger-Tastschreibmethode. Umfang: 16 Unterrichtsstunden.
- Baustein 2 - Training
  Lernziel: Steigerung der Schreibfertigkeit (Schreibsicherheit und -schnelligkeit); auch zur Vorbereitung auf die Prüfung „10-Minuten-Abschrift". Umfang: 10 Unterrichts-Stunden
- Baustein 3 - Aufbau
  Lernziel: Beherrschung der Ziffern- und Zeichenreihe sowie der Zifferneingabe über den numerischen Block; Gestalten von Texten und Briefen nach DIN 5008; Schreibtraining. Umfang: 10 Unterrrichts-Stunden.

Alle Teile können einzeln belegt werden; die Bausteine 2 und 3 setzen Kenntnisse entsprechend Baustein 1 voraus.
Für den Baustein 1 bieten wir diverse Veranstaltungen an. Für die Bausteine 2 und 3 richten wir bei Bedarf gern Kurse ein.

Lehrbuch
Wir arbeiten im gesamten Landkreis Diepholz mit einem einheitlichen **Lehrwerk: Schneller am Computer, 7,20 €.**
Die Lehrbuchkosten kommen zum Entgelt hinzu. Sie erhalten die Bücher zu Beginn Ihrer Veranstaltung.

Prüfungen für Kurs-Teilnehmer/-innen
Sie können Ihre Schreibleistung prüfen lassen. Wir führen nach Beendigung der Kurse die Nachweise „10-Minuten-Abschrift" durch. Informieren Sie Ihre Dozentin im Verlauf der Veranstaltung; die Prüfung wird dann organisiert. - Entgelt: 15,00 €

Individual-Prüfungen
Sie benötigen für Bewerbungs- und andere Zwecke einen Nachweis über Ihre Schreibleistung? Diese Prüfungen führen wir zentral durch; wir vereinbaren individuelle Termine. Informieren Sie sich bitte unter Tel. 04242 976-4003. - Entgelt: 35,00 €

Tastschreiben am PC - 16 Unterrichtsstunden

Für alle Kurse gilt: Entgelt 45,00 €, Kleingruppe 55,00 € (Ausnahme Kurs 03504001) zuzügl. Kosten für das Lehrwerk 7,20 €. Es sind keine Ermäßigungen möglich. Jeweils 8 Unterrichtstage mit 16 Unterrichtsstunden (außer Ferienveranstaltung). Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn.

Spez. Fragen z. Kurs: 04242 5207
Bruchh.-Vilsen, Gymnasium, Computerraum E 8
Ursula Geffers
Mo, 15.04.13, 17:15 Uhr
Kursnummer: 04504001

Spez. Fragen z. Kurs: 0421 893595
Stuhr-Seckenhausen, Bildungsstätte, Hauptstr. 48
Brigitte Stockmann
Mo, 18.02.13, 18:30 Uhr
Achtung: Entgelt hier 55,00 € (kein Kleingruppenpreis)
Kursnummer: 03504001

Ferienveranstaltung
Montag bis Freitag von 10:00 bis 12:30 Uhr.
Spez. Fragen z. Kurs: 0421 893595

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Brigitte Stockmann
Mo, 01.07.13, 10:00 Uhr
5 U-Tage, 16 U-Std., 45,00 €,
Kleingruppe: 55,00 €
Kursnummer: 03504004

Seminarreihe „Korrespondenz aktuell“

Das möchten Sie: Ihre Korrespondenz soll modern sein. Und das haben wir: zwei aufeinander abgestimmte Veranstaltungen, die sich mit dem Stil und der korrekten Schreibweise befassen:

Die neue Rechtschreibung / Der moderne Brief

Jedes Seminar - es umfasst 6 Unterrichtsstunden - ist in sich abgeschlossen, kann also auch einzeln gebucht werden.

Wenn Sie an beiden Seminaren teilnehmen, sind Sie gut gerüstet.

Tagesseminar

Die neue Rechtschreibung

Spez. Fragen z. Kurs: 04242 50282

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Christiane Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.02.13, 14:00 - 19:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 39,00 €, inkl. Unterrichtsmaterial sowie Pausenkaffee.
Kursnummer: 00405022

Tagesseminar

Der moderne Brief

„Bezugnehmend auf Ihr Schreiben ...“ - „Wir teilen Ihnen mit, dass ...“ Zopfige Formulierungen, überflüssige Aussagen sind „out“. Möchten auch Sie moderne Briefe schreiben? Auf praxisbezogene Beispiele wird im Seminar eingegangen. Wenn Sie möchten, können Sie Ihrer schriftlichen Anmeldung eigene Praxisbeispiele beifügen (gern anonymisiert). Diese Beispiele können im Seminar behandelt werden.
Spez. Fragen z. Kurs: 04242 50282

Syke, Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5
Christiane Behrens
Anmeldung bis 10 Tage vor Beginn
Fr, 08.03.13, 14:00 - 19:00 Uhr
1 U-Tag, 6 U-Std., 39,00 € inkl. Pausenkaffee sowie Unterrichtsmaterial.
Kursnummer: 00506022

BNVHS-Leitung Diepholz

Walter Koopmann
E-Mail: Walter.Koopmann@bnvhs.de
Tel. 05441 59256-0

Stellv. BNVHS-Leitung Diepholz

Ramona Bertow
E-Mail: ramona.bertow@bnvhs.de
Tel. 05441 59256-0

Qualifizierungsangebote

Das Bildungswerk Niedersächsischer Volkshochschulen GmbH (BNVHS) bietet Lehrgänge zur beruflichen Qualifizierung, Weiterbildung und Beschäftigungsförderung sowie berufliche Erstausbildung und Umschulung an:

- Angebote für junge Leute bis 25
- Berufsvorbereitende Bildungmaßnahmen (BvB)
- Jugendwerkstatt
- Berufsausbildung in außerbetrieblichen Einrichtungen - (BaE kooperativ)
- Aktivcenter für Migranten/Migrantinnen (ASG)

Projekte:

- Arbeitsgelegenheiten mit Mehraufwandsentschädigung (AGH)

Eine enge Zusammenarbeit zwischen der VHS des LandkreisesDiepholz und dem Bildungswerk Niedersächsischer Volkshochschulen (BNVHSGmbH) ist historisch gewachsen. Einzelne Bildungsangebote werden in Kooperation durchgeführt.

Allgemeine Informationen

Das Bildungswerk der Niedersächsischen Volkshochschulen (BNVHS) ist eine gemeinnützige GmbH mit Sitz in Hannover. Gesellschafter sind die Stiftung „Beruf und Bildung“ sowie der Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V. Die Aufgabe des BNVHS besteht in erster Linie darin, Maßnahmen zur beruflichen Aus-, Fort- und Weiterbildung sowie zur Qualifizierung, Beschäftigung und Umschulung in Absprache mit den kooperierenden Volkshochschulen durchzuführen. Gemeinsam mit den regional zuständigen Agenturen für Arbeit sowie dem Arbeitsmarktservice im Landkreis Diepholz sowie weiteren Trägern öffentlicher Belange werden die Maßnahmen konzipiert und in eigener Rechtsträgerschaft durchgeführt.

Hierzu unterhält das (BNVHS) im Landkreis Diepholz das Weiterbildungszentrum Diepholz. Schwerpunkt unserer Arbeit im Landkreis sind Ausbildungen, Umschulungen und Fortbildungen in nahezu allen beruflichen Bereichen. Darüber hinaus sind wir aktiv in der Personalentwicklung, der Arbeitsvermittlung sowie im EDV-Anwendertraining. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Schaffung von befristeten Beschäftigungsmöglichkeiten (Arbeitsgelegenheiten, Zusatzjobs).

Unser Personal setzt sich zusammen aus Ausbildern/Ausbilderinnen (Meistern/ Meisterinnen), Lehrern/Lehrerinnen und Pädagogen/Pädagoginnen.

Bildungsgutschein - finanzielle Förderung

Wenn Sie arbeitslos und an Weiterbildung interessiert sind – wir beraten Sie gerne über die neuen Zugangsmöglichkeiten mit dem Bildungsgutschein sowie über unsere Angebote. Rufen sie uns an.

Seit 2003 können arbeitslose Personen unter bestimmten Voraussetzungen für ein Bildungsziel einen Gutschein erhalten. Dabei regelt der Bildungsgutschein die Kostenübernahme sowie die maximale Dauer der Aus- bzw. Weiterbildung. Nähere Informationen hierzu erhalten sie im Weiterbildungszentrum, bei Ihrer zuständigen Agentur für Arbeit. bzw. in Ihrem Jobcenter.

Eine Übernahme der Fortbildungskosten ist in Einzelfällen ebenfalls durch den Berufsförderungsdienst der Bundeswehr, Landesversicherungsanstalten oder Berufsgenossenschaften möglich. Selbstverständlich ist auch eine Teilnahme gegen Bezahlung einer entsprechenden Gebühr möglich.

Weiterbildungszentrum Diepholz

Lange Straße 12
49356 Diepholz
Tel.: 05441 59256-0
Fax 05441 59256-26
E-Mail: info.diepholz@bnvhs.de

www.bnvhs.de

2. Bildungsweg

6

Ewald Fiedler
Fachbereichsleitung
Tel. 04242 976-4076
ewald.fiedler@vhs-diepholz.de

Sabine Hanisch
Sachbearbeitung
Tel. 04242 976-4003
E-Mail:
sabine.hanisch@vhs-diepholz.de

Fachbereichsthemen

Der 2. Bildungsweg 259

Schulabschlüsse 261

Z-Kurse 262

Offene Hochschule 262

Lernförderangebote 263

Lesen, Schreiben und Rechnen 265

Rechnen von Anfang an 267

Bildungsprämie bis zu 500,00 €
für Erwerbstätige und Berufsrückkehrer/-innen

Auch für Sie interessant?
Infos unter **www.bildungspraemie.info**
oder
Tel. 04242 976-4076, Ewald Fiedler
Tel. 04242 976-4074, Michael Knaup

Der 2. Bildungsweg

Vorbemerkungen

Mit Schulabschlüssen werden in unserer Gesellschaft auch heute noch die Weichen für das berufliche Fortkommen gestellt. Wer während der Schulzeit versäumt hat, den zunächst angestrebten Abschluss zu erreichen oder auf dem Weg zu diesem Ziel stecken geblieben ist und vielleicht vorschnell aufgegeben hat, kann sich mit Hilfe der VHS auf diese Abschlüsse vorbereiten.

In vielen Unternehmen werden die 2. Bildungswegler durchaus geschätzt, bringen sie doch oft Praxiserfahrung, Fachkenntnisse und nachgewiesenermaßen Zielstrebigkeit in ihren Job mit ein. Grundsätzlich lässt sich der Weg „Schule - Ausbildung - Beruf - Schule/Studium - Beruf“ zwar nicht ganz so einfach realisieren wie der Weg „Schule - Ausbildung/Studium - Beruf“, er ist aber für diejenigen, die vielleicht aus der Motivation heraus, etwas in ihrem (Berufs)-Leben verändern zu wollen, eine gute Möglichkeit, dies zu tun. Ansichten, Interessen können sich verändern und der neue Traumberuf ist vielleicht an bestimmte Ausgangsbedingungen geknüpft. Niemand muss „ausharren“, jedem steht die Möglichkeit auf einen Neubeginn offen.

Nutzen Sie die Möglichkeit zu einem persönlichen Beratungsgespräch.
Vereinbaren Sie einen Termin unter
Tel.: 04242 976-4076.

Integrierte Projekte

An den Standorten der Abend- und Tagesrealschulen bieten wir grundsätzlich die Möglichkeit, sich je nach Kenntnisstand innerhalb des ersten Abschnittes des Kursus auch auf die Hauptschulabschlussprüfung vorzubereiten.

Mitlernkurse

Wer nur Teile des Kursangebotes im Bereich des zweiten Bildungsweges ohne die Vorbereitung auf einen nachträglichen Bildungsabschluss in Anspruch nehmen möchte, wer also z. B. nur Interesse an einer Fremdsprache oder einzelnen Fächern, wie z. B. Geschichte, Erdkunde, Biologie etc. hat, erhält die Möglichkeit zum Mitlernen (z. B. als Vorbereitung für die Umschulung, eine Facharbeiter- oder Gesellen- oder aber auch Meisterprüfung). Rufen Sie an und lassen Sie sich beraten!

Entgelte

Sekundarabschluss 1 Hauptschulabschluss	25,00 €
Sekundarabschluss 1 Realschulabschluss	50,00 €
Z-Kurse	55,00 €
einmalig zu zahlen sind	
Anmeldeentgelt	35,00 €
Prüfungsentgelt	100,00 €

Entgelte für die Mitlernkurse

Sekundarstufe 1	
• zweistündiges Fach	14,00 €
• vierstündiges Fach	23,00 €
• für zwei Fächer	28,00 €
Sekundarstufe 2	
• zweistündiges Fach	23,00 €
• dreistündiges Fach	25,00 €
• für zwei Fächer	35,00 €

Die Entgelte sind monatlich auch während der lehrgangsfreien Zeit zu zahlen.

Die Entgelte im Programmbereich 2. Bildungsweg sind von Ermäßigungsregelungen ausgeschlossen.

Projektwoche

Integration/Migration

Das Seminar fordert die Teilnehmenden dazu auf, sich mit kreativen, gestalterischen Mitteln dem Motto zu nähern und sich damit auseinanderzusetzen. Vielfältige Techniken wie Malen, Töpfern, Steinhauen, Holzbearbeitung etc. werden den TN angeboten und nähergebracht. Vorkenntnisse in den verschiedenen Kreativmethoden sind nicht erforderlich. Die bildlichen Ergebnisse und Erfahrungen des jeweiligen Tages werden in abendlichen Gesprächen besprochen.

Hankenbüttel, Jugendherberge
Oktober 2013
Kostenbeitrag 60,00 €
Informationen:
Frank Jakob, 04242 976-4095
Kursnummer: 00102096

Nach erfolgreichen Prüfungstagen

Wer den 2. Bildungsweg für seine weitere Qualifizierung nutzt, erschließt sich neue Lebenswelten und verbessert seine Lebensqualität. Bildung ist ein hohes Gut, das allgemein sehr geschätzt und in der Arbeitswelt entsprechend honoriert wird. Arbeitgeber schätzen all diejenigen durchaus, die sich über den 2. Bildungsweg ihre Abschlüsse und Qualifikationen erarbeitet haben. Sie bringen doch oft Lebens- und Praxiserfahrung, Fachkenntnisse und Zielstrebigkeit sowie sehr viel soziale Kompetenz in ihre Tätigkeit mit ein. Sie haben sich häufig die notwendigen theoretischen Fachkenntnisse auf der Basis ihres Fachwissens angeeignet und verfügen über eine große Routine und Selbstverständlichkeit bei den praktischen Anwendungsmöglichkeiten.

Unsere Gesellschaft entwickelt sich rapide von der Informations- zur Wissensgesellschaft. Die Aufgaben in den Unternehmen und im öffentlichen Bereich wachsen und das Personal schrumpft. Das Zusammenleben in unserer Gesellschaft wird immer vielschichtiger und komplizierter. Dies alles erfordert gut ausgebildete, immer qualifiziertere und flexiblere Menschen.

Im europäischen Vergleich ist die Zahl derjenigen sehr gering, die die Schule in unserem Land mit dem Abitur verlassen. Gleichzeitig haben mehr als 10 % überhaupt keinen Schulabschluss. Immer mehr Menschen verlernen das Lesen und Schreiben oder haben es nie gelernt.

Grundsätzlich lässt sich der Weg ‚Schule - Ausbildung - Beruf - Schule/Studium - Beruf' zwar nicht ganz so einfach realisieren wie der Weg ‚Schule - Ausbildung/Studium - Beruf'. Für diejenigen aber, die motiviert sind, das (Berufs)-Leben zu verändern, ist der 2. Bildungsweg eine hervorragende Möglichkeit, dies auszuprobieren.

Ansichten, Interessen können sich verändern und der neue Traumberuf ist vielleicht an bestimmte Ausgangsbedingungen geknüpft. Niemand muss „ausharren", jedem steht die Möglichkeit auf einen Neubeginn offen.

Was bedeutet dies in der Praxis? Wer schon im Beruf gewesen ist und einen eigenen Haushalt hat, sollte sich überlegen, wie die Zeit während des 2. Bildungsweges am besten finanziell überbrückt werden kann. Setzt man z. B. den Betrag für den Lebensunterhalt (eigene Wohnung, eigenes Auto u. a.) mit 1.300,00 € im Monat an - die man jetzt nicht mehr durch Berufstätigkeit als z. B. junge Bürokraft erwirtschaftet - ergeben sich z. B. für den Besuch einer Fachschule mit der Dauer von 2 Jahren satte 30.000,00 €, die finanziert werden müssen.

Möglichkeiten zur finanziellen Förderung können z. B. bei der Bundesagentur für Arbeit oder bei den BAFÖG-Ämtern erfragt werden. Gut sind dann auch eigene Ersparnisse, Reduzierung der Lebenshaltungskosten ...

An privaten und manchen staatlich anerkannten Institutionen entstehen zusätzlich zu den Lebenshaltungskosten weitere, teilweise nicht unerhebliche Gebühren. Bei staatlichen Schulen können der Hauptschul- und Realschulabschluss sowie das Abitur kostenlos erworben werden.

Empfehlenswert ist das ‚Neu-Durchstarten' trotz der finanziellen Belastung und der Einschränkung der freien Zeit auf jeden Fall.

- Arbeitgeber bewerten die ‚Bildungspraktiker' durchweg positiv
- Die Flexibilität im Berufsleben wächst mit der Qualifikation und senkt das Risiko, arbeitslos zu werden.
- Es hat Auswirkungen auf die Bezahlung. Die kleinen und feinen Unterschiede hier können einem langfristig das Leben leichter u. manche Träume realisierbar machen.
- Größere Fachkompetenz (und der Erwerb von Führungsqualitäten) schaffen die Voraussetzungen für z. B. Teamleitung u. ä.
- Auch die Tatsache, dass jede Herausforderung, der man sich stellt, die eigenen Grenzen erweitert und Lebenserfahrung, Souveränität und Selbstbewusstsein erhöht, sollte nicht unerwähnt bleiben.
- Wenn man diese Herausforderungen dann auch noch erfolgreich meistert, was hält einen dann noch davon ab, sich die Sterne vom Himmel herunter zu holen?

Ort Bildungsstätte	Beginn	Dauer	Fächer	Unterrichtszeiten	Ansprechperson / Studienleitungen
Tageshauptschulen					
Scholen Reisende Werkschule	seit 15.08.12	bis 29.07.14	Deutsch, Mathe, Englisch, Erdkunde, Physik, Bio, Geschichte/Sozialkunde	Mo., Mi., Do., Fr. 8:30 - 13:15 Uhr	Ewald Fiedler Tel. 04242 976-4076
Syke VHS, Waldstraße 1	seit17.09.12	bis 25.06.13	Deutsch, Mathematik, Englisch, Erdkunde, Arbeit/Wirtschaft, Physik Biologie, Geschichte/Sozialkunde	Mo. - Fr. 8:30 - 13:30 Uhr	Maike Hundertmark Tel. 04206 299399
Nachmittagslehrgang					
Stuhr Brinkum VHS, Jupiterstr. 1 **Infotermin: 14.02.13 15:30 h** NEU	25.02.13	bis 21.07.14	Deutsch, Mathematik, Englisch, Erdkunde, Arbeit/Wirtschaft, Physik Biologie, Geschichte/Sozialkunde	Mo. - Fr. 14:00 - 17:30 Uhr	Michael Meyer Tel. 0421 804758
Abendhauptschulen					
Diepholz Alte Realschule, Bahnhofstr. 11 **Infotermin: 14.02.13 18:00 h** NEU	25.02.13	bis 21.07.14	Deutsch, Mathematik, Erdkunde, Arbeit/Wirtschaft, Sozialkunde, Biologie, Englisch	Mo. - Do. 18:00 - 22:00 Uhr	Hinnerk Wähaus Tel. 05446 372
Tagesrealschulen					
Scholen Reisende Werkschule	seit 15.08.12	bis 29.07.14	Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Physik, Erdkunde, Geschichte/ Sozialkunde	8:30 - 14:15 Uhr	Ewald Fiedler Tel. 04242 976-4076
Syke VHS, Waldstr. 1	seit 17.09.12	bis 12.12.13	Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Physik Arbeit/Wirtschaft, Sozialkunde, Erdkunde	Mo. - Fr. 8:30 - 13:30 Uhr	Maike Hundertmark Tel. 04206 299399
Diepholz Alte Realschule **Infotermin: 19.02.13 11:00 h** NEU	04.03.13	bis 21.07.14	Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte, Arbeit/Wirtschaft, Erdkunde, Biologie, Physik o. Chemie	Mo. - Do. 8:30 - 13:30 Uhr	Hinnerk Wähaus Tel. 05446 372
Nachmittagslehrgang					
Stuhr Brinkum VHS, Jupiterstr. 1 **Infotermin: 14.02.13 15:30 h** NEU	25.02.13	bis 21.07.14	Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Physik Arbeit/Wirtschaft, Sozialkunde, Erdkunde	Mo. - Fr. 14:00 - 17:30 Uhr	Michael Meyer Tel. 0421 804758
Abendrealschulen					
Syke VHS, Nienburger Str. 5 **Infotermin: 15.01.13 18:30 h** NEU	28.01.13	bis 21. 07. 14	Deutsch, Mathematik, Englisch, Arbeit/ Wirtschaft, Erdkunde, Biologie, Geschichte, Chemie	Mo. - Do. 18:30 - 21:45 Uhr	Wilfried Kettler Tel. 04203 4723
Diepholz Alte Realschule **Infotermin: 14.02.13, 18:00 Uhr** NEU	25.02.13	bis 21.07.14	Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte, Arbeit/Wirtschaft, Erdkunde, Biologie, Chemie	Mo. - Do. 18:30 - 21:45 Uhr	Hinnerk Wähaus Tel. 05446 372

Alessandra Kröger
ist seit 1.05.2012 Dozentin in der Lernförderung der VHS Diepholz.
Sie hat einen Magister Artium in Linguistik (Kommunikation), Pädagogik und Wirtschaft und ist aufgrund ihrer Ausbildung hauptsächlich in den Bereichen der Sprachförderung und der Mathematik tätig.
Besondere Erfahrungen liegen in der Förderung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Rechenschwäche und Lese-Rechtschreibschwäche.

Oliver Richter
Seit 2003 freiberuflicher Dozent bei der VHS in Lehrgängen des 2. Bildungsweges und in EDV Kursen (Anwendungen aus der Office Produktfamilie). Seit 2011 Lehrkraft für die Lernförderangebote im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets. Schüler und Schülerinnen im Lernförderunterricht zu motivieren und nachhaltig die Einstellungen zum Lernen zu prägen bedeutet ein Gewinn für Dozent und Schüler gleichermaßen.

Studieren ohne Abitur? Aber natürlich: Mit der fachbezogenen Hochschulzugangsberechtigung!

Wer eine Ausbildung in einem anerkannten Ausbildungsberuf oder eine als anerkannt geltende Ausbildung durch Prüfung abgeschlossen hat, mindestens 2 Jahre lang berufstätig in diesem entsprechenden Berufsbereich oder 5 Jahre in verschiedenen Berufsbereichen tätig war und seit mindestens einem Jahr seinen ständigen Aufenthalt in Niedersachsen hat, kann sich mit einem Kursus auf die Zulassungsprüfung für ein Studium an Universitäten und Fachhochschulen in Niedersachsen vorbereiten. Lassen Sie sich beraten: Ewald Fiedler 04242 976-4076.

Ort	Beginn	Dauer	Fächer	Unterrichtszeiten	Ansprechperson Studienleitungen
Abendkurse					
Diepholz Alte Realschule Bahnhofstr. 11	21.01.2013	bis 01/ 2014	Vorbereitung auf die Studierfähigkeit - Deutsch, Mathematik, Englisch	Di, Mi, Do 18:15-21:30	Ewald Fiedler Tel. 04242 976-4076
Syke NEU VHS-Zentrum- Waldstr. 1	25.02.13 **Infotermin:17.01.2013 18:00**	bis 01/2014	Vorbereitung auf die Studierfähigkeit - Deutsch, Mathematik, Englisch	Mo., Mi., Do. 18:00 - 21:15 Uhr	Christiane Behrens Tel. 04242 50282

Offene Hochschule - Der neue Weg zum Studieren ohne Abitur

...besteht aus einer großen Anzahl von Modulen, die mit unterschiedlichen Themen zur Vorbereitung auf das Studium zu ganz unterschiedlichen Zeiten angeboten werden. Als in sich geschlossene Veranstaltungen zu einem Thema umfassen sie etwa 30 bis 50 Unterrichtsstunden.

Die in den Modulen zu erwerbenden Kompetenzen werden mit einem Zertifikat bescheinigt und lassen sich ggf. je nach Studienfach an den Hochschulen auf das Studium anrechnen. Mit diesen Modulen kann man sich also fit für das Studium machen. Nun entscheiden sich die Interessierten selbst ohne eine zeitliche Einschränkung wie mit Abschlussprüfungen über ihren Zeitplan, den sie sich ganz individuell zusammenstellen können.

Als Zielgruppe hat die VHS dabei Berufstätige im Blick, die sich weiterentwickeln wollen und denen der Weg zum Studium bisher durch das fehlende Abitur verwährt blieb. Aber auch Abiturienten des so genannten Doppeljahrgangs werden mit den Modulen angesprochen, die sich in der Warteschleife befinden, wenn sie noch keinen Studienplatz bekommen haben.

Die VHS des Landkreises Diepholz berät Sie gern und hält darüber hinaus verschiedene unterstützende und auf das Studium vorbereitende Angebote für Sie bereit. Informationen: Ewald Fiedler, Tel. 04242 976-4076.

Demokratieführerschein

- Politik
- Wirtschaft
- Kultur
- Jugend
- Soziales
- Wissenschaft
- Arbeit

In Anlehnung an das Projekt Demokratieführerschein des Landesverbandes der Volkshochschulen in NRW werden in dieser Projektwoche kommunalpolitische Aspekte aus der direkten Umgebung der Teilnehmer/-innen beschrieben und analysiert. Die TN sollen ihre spezifischen Problematiken benennen und Handlungsmöglichkeiten erarbeiten und diese in fiktiven oder realen Prozessen wie Bürgerinitiativen oder –anträgen umsetzen.

Stuhr-Brinkum, VHS im Briseck-Zentrum, Jupiterstr. 1
Beginn voraussichtlich im Frühjahr 2013
Informationen: Frank Jakob, 04242 976-4095
Kursnummer: 00102095

Volkshochschulen und Lehrer/-innen-Fortbildung - Partner für Schulentwicklung

Folgende Schwerpunkte sind in Kooperation mit der regionalen Lehrerfortbildung möglich:

- Qualifizierung von Betreuungskräften an Grundschulen, Sprachkurse „Englisch mit Zertifizierung für Lehrkräfte an Grundschulen“
- Qualitätsentwicklung an Schulen
- Mediation in der Schule (Streitschlichter-Programm)
- Entwicklung der Diagnosefähigkeit von Lehrkräften (LRS, Dyskalkulie)
- Methodentraining für Moderation und Präsentation, Teamentwicklung

Ihr Ansprechpartner:
Ewald Fiedler, Tel. 04242 976-4076

Fortbildungen und Qualifizierungen

„Lernförderung“ und „selbstorganisiertes Lernen“

In Kooperation mit der Carl-von-Ossietzky-Universität Oldenburg und dem Büffelstübchen Stuhr-Brinkum
Das Angebot richtet sich vornehmlich an Lehrkräfte, die insbesondere im VHS-Lernförderangebot tätig werden wollen oder tätig sind und sich mit aktuellen Grundlagen der Schulpädagogik, fachdidaktischen Fragen, Erkenntnissen aus der Lerntheorie auseinander setzen wollen. Die Qualifizierung besteht aus verschiedenen Modulen, die aus

- Ganz- und Halbtagsseminaren
- kollegialen Beratungen,
- Fremd- und Eigenhospitationen mit Reflexionsphasen,
- einer Ausarbeitung und
- didaktischen Zirkeln

bestehen und ergänzend zur Unterrichtstätigkeit vorgesehen sind.

Auskunft und Beratung:
Ewald Fiedler, Tel. 04242 976 4076

Bassum, Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a
seit Mo, 30.01.2012
Referententeam
Entgelt: 240,00 €
Kursnummer: 00605091

Fortbildungsprojekt im Zweiten Bildungsweg

Fortbildungsprojekt für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Zweiten Bildungsweg an den niedersächsischen Erwachsenenbildungseinrichtungen „Strategische und konzeptionelle Weiterentwicklung des Zweiten Bildungsweges in Niedersachsen – Vorbereitungskurse auf den nachträglichen Erwerb von Haupt- und Realschulabschlüssen“

Das vom Ministerium für Wissenschaft und Kultur ins Leben gerufene Fortbildungsprojekt für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Zweiten Bildungsweg wurde in Zusammenarbeit mit der Stiftung Universität Hildesheim, WiN – Weiterbildung in Netzwerken und der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung konzeptionell entwickelt. Die Agentur ist mit der Durchführung des Projektes beauftragt.

Für die konzeptionelle Weiterentwicklung wurde eine Projektsteuerungsgruppe eingerichtet, deren Mitglieder viele anerkannten Erwachsenenbildungseinrichtungen in Niedersachsen vertreten.

Das Ziel des Projektes ist es, die aktuellen kerncurricularen Entwicklungen und die methodisch-fachdidaktische Weiterentwicklung der Mitarbeiter- und Lehrkräftefortbildung im Zweiten Bildungsweg aufzugreifen (Lehrkräfte, Planungsverantwortliche,sozial pädagogische Fachkräfte). Es sollen

- wissenschaftliche Erkenntnisse und praktische Erfahrungen aus den Kursen des Zweiten Bildungsweges der niedersächsischen Erwachsenenbildung eingebracht,
- passgenaue fachbezogene, an die neuen Kerncurricula angepasste Unterrichtsmodule erarbeitet,
- neue bedarfsorientierte und unterstützende Fortbildungsmodule entwickelt,
- Impulse für das pädagogische Handeln eingebracht werden.

Die Expertinnen und Experten aus der Wissenschaft (Stiftung Universität Hildesheim) und der Erwachsenenbildung (Vertreterinnen und Vertreter der anerkannten Einrichtungen) erarbeiten in Teams sowohl ganzheitliche Module zur Fortbildung der Mitarbeitenden des Zweiten Bildungsweges als auch verbindliche Qualitätsstandards für die Inhalte und Durchführung von Vorbereitungskursen.

Die Entwicklung der Module und das Projekt wird durch die Stiftung Universität Hildesheim, WiN – Weiterbildung in Netzwerken wissenschaftlich begleitet und evaluiert.

Weiterführende Informationen erhalten Sie von Frau Oksana Janzen, Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung (Tel. 0511 300330-38, E-Mail: janzen@aewb-nds.de)

„Niemand soll verloren gehen“ - Lernförderangebote der VHS im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets (BuT)

Für Schülerinnen und Schüler aller allgemeinbildenden und berufsbildenden Schulen im Landkreis Diepholz

Im Auftrag des Landkreises Diepholz hat die VHS ein Konzept zur Entwicklung und Implementierung von flächendeckenden Angeboten zur Lernförderung im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets (BuT) entwickelt. Das Konzept beinhaltet angepasste VHS-Lernförderangebote für Kinder von anspruchsberechtigten Familien oder Alleinerziehenden mit geringem Einkommen, sofern hierfür keine schulischen Angebote bestehen. Ziel ist die betroffenen Schülerinnen und Schüler mit zusätzlichem Unterricht zu unterstützen, damit sie die Jahrgangsziele/Schulstufenziele (Versetzung) erreichen.

Dieser individuelle Förderbedarf muss von den Fachlehrkräften/Klassenlehrkräften der Schulen festgestellt werden. Die anspruchsberechtigten Eltern haben dann die Möglichkeit, einen Antrag auf Förderung zu stellen. Anspruchsberechtigt sind zum Beispiel alle, die eine Lernmittelbefreiung erhalten haben.

Für viele Schulen im Landkreis wird die VHS ab Februar 2012, sofern ein Bedarf gemeldet wird, ein spezielles, mit den Fachlehrkräften aus der jeweiligen Klassen oder Jahrgangsstufen der Schule ein abgestimmtes Angebot unterbreiten. Das VHS-Lernförderangebot wird dabei nicht als klassischer Einzelnachhilfeunterricht organisiert, sondern in Klein- und Kleinstgruppen erfolgen. Das Ziel dabei ist auch, längerfristige schulische Defizite auszugleichen und die Schülerinnen und Schüler mit dem selbstbestimmten und selbstorganisierten Lernen vertraut zu machen.

Weitere Fragen von Interessierten zu den VHS-Lernförderangeboten beantwortet das BuT-Team der VHS.

Projektverwaltung BuT: Petra Bürger, Tel. 04242 976-1924, petra.buerger@vhs-diepholz.de

Projektleitung:
Frank Jakob Tel. 04242 976-4071,
frank.jakob@vhs-diepholz.de

Schulakademie
Informationen dazu auf Seite 68.

Koordinator für die Gemeinden Stuhr und Weyhe, die Stadt Syke, die Samtgemeinden Barnstorf:
Heiner Kortejohann,
Tel. 0176 64627850
heiner.kortejohann@diepholz.de

Heiner Kortejohann
Rektor i. R., ist als Koordinator für die VHS-Ganztagsangebote in der KGS Stuhr Brinkum und seit 1.10.2011 auch als Koordinator für die VHS-Lernförderangebote im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets tätig. Er ist überwiegend für die Lernförderangebote in den Schulen der Städte Syke, Diepholz, der Gemeinden Stuhr, Weyhe, Wagenfeld und der Samtgemeinden Altes Amt Lemförde, Rehden und Barnstorf zuständig.

Koordinatorin für die Städte Bassum, Twistringen, Sulingen, Samtgemeinden Bruchhausen-Vilsen, Schwaförden, Siedenburg:
Meina Fuchs
Tel. 0162 5884467,
meina.fuchs@diepholz.de

Meina Fuchs
ist seit 1.11.2011 als Koordinatorin für die VHS-Lernförderangebote im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets im Landkreis Diepholz tätig. Als ausgebildete Lehrerin ist sie überwiegend zuständig für die VHS-Lernförderangebote in den Städten Bassum, Sulingen, Twistringen sowie für die Samtgemeinden Bruchhausen-Vilsen, Siedenburg und Schwaförden.

Koordinatorin für die Stadt Diepholz, Samtgemeinden Kirchdorf, Redhen, Altes Amt Lemförde und die Gemeinde Wagenfeld:
Mona Leukhardt,
Tel. 05441 5944075,
mona.leukhardt@diepholz.de

Mona Leukhardt
verheiratet, vier Kinder, Magister Artium in Germanistik und Politologie, ist seit dem 01.02.2012 als Koordinatorin für die VHS-Lernförderangebote tätig. Sie ist überwiegend für die Lernförderangebote in den Schulen im südlichen Landkreis zuständig und macht derzeit eine Fortbildung zur Elternbegleiterin.

Jutta Witte
Fachbereichsleitung
Tel. 04242 976-4067
jutta.witte@vhs-diepholz.de

Anne-Marijke Treptow
Sachbearbeitung
Tel. 04242 976-4071
anne-marijke.treptow
@vhs-diepholz.de

Lesen, Schreiben und Rechnen

Die Kurse

Lesen, Schreiben und Rechnen von Anfang an

richten sich an:

- alle, die früher nicht regelmäßig zur Schule gehen konnten
- alle, die schon lange nicht mehr gelernt haben
- alle, die in größeren Gruppen nicht gut lernen können
- alle, die etwas mehr Zeit zum Lernen brauchen

Bitte machen Sie andere auf diese Angebote aufmerksam.

Zur Situation der Betroffenen

Kennzeichnend für unsere Gesellschaft ist die Selbstverständlichkeit, mit der von jedem Erwachsenem erwartet wird, dass er lesen und schreiben kann. Diejenigen, die diese Kenntnisse nicht oder nicht ausreichend besitzen, werden oft als dumm angesehen und ausgegrenzt. Es gehört sehr viel Mut dazu, trotz negativer Lernerfahrungen in Kindheit und Jugend einen neuen Anfang zu wagen. Der Entschluss, Elementares nachzuholen, ist für Erwachsene auch eine Möglichkeit, Ängste abzubauen und die Abhängigkeit von der Hilfe anderer im Alltag zu verringern.

Alphabetisierung - was folgt danach?

Mit der Alphabetisierung ist ein erster Schritt getan. Oft reichen die Kenntnisse aber nicht aus, um bestehende Angebote der Weiterqualifizierung wahrzunehmen. An Alphabetisierungskurse schließen sich daher Angebote zum Erwerb weiterer elementarer Fähigkeiten an.

Unser Angebot

Lesen und Schreiben von Anfang an
Die Volkshochschule bietet Erwachsenen die Gelegenheit, lesen und schreiben von Anfang an zu lernen oder bereits vorhandene Kenntnisse aufzufrischen und zu erweitern. Gelernt wird in kleinen Gruppen, in denen die Teilnehmer/-innen das Lerntempo selbst bestimmen.

Rechnen von Anfang an
Diese Kurse wenden sich an Erwachsene, die große Schwierigkeiten beim Rechnen haben. Am Beispiel von alltäglichen Situationen, in denen Rechenkenntnisse von Erwachsenen erwartet werden, sollen die Grundrechenarten geübt werden.

Deutschkurse mit Alphabetisierung
Viele derjenigen, die aus dem Ausland zu uns gekommen sind, haben ein anderes Schriftsystem gelernt oder konnten gar keine Schule besuchen. Sie können in diesen Kursen die deutsche Sprache in Wort und Schrift erlernen.

Neben dem allgemeinen Angebot finden auch Veranstaltungen in Kooperation mit den Delme-Werkstätten statt.

Lesen und Schreiben von Anfang an

Kursnummer: 00607002
Kursnummer: 00607004
Kursnummer: 00607034
Kursnummer: 00607009
Kursnummer: 00607015
Kursnummer: 00607022
Kursnummer: 00607010
Kursnummer: 00607029
Kursnummer: 00607018
Kursnummer: 00607019
Kursnummer: 00607020
Kursnummer: 00607017
Kursnummer: 00607034

Rechnen von Anfang an

Kursnummer: 00608003
Kursnummer: 00608005
Kursnummer: 00608006
Kursnummer: 00608002

„Schreib dich nicht ab - Lern lesen und schreiben!“

Analphabetismus in Deutschland? Weitaus mehr Betroffene als bisher angenommen

Bis vor 30 Jahren schien das Problem des Analphabetismus in Deutschland überwunden zu sein. Als das Problem bekannt wurde, ging man von rund 4 Millionen Erwachsenen aus, die über so geringe Lese- und Schreibkenntnisse verfügen, dass sie als funktionale Analphabeten gelten.

Seit 2011 gibt es nun gesicherte Zahlen zur Größenordnung des Funktionalen Analphabetismus in Deutschland. Die Studie „leo. - Level-One Studie“ der Universität Hamburg hat die Literalität von Erwachsenen (18 - 64 Jahre) untersucht. Demnach sind 7,5 Millionen Erwachsene (14,5 %) aufgrund ihrer begrenzten schriftsprachlichen Kompetenz nicht in der Lage, am gesellschaftlichen Leben in angemessener Form teilzuhaben und sind somit funktionale Analphabeten.

Manche von ihnen kennen die Buchstaben, können aber nicht lesen. Andere verstehen mit Mühe leichte Texte, haben jedoch massive Probleme beim Schreiben. Aber allen ist gemeinsam, dass sie die Schrift weder im privaten Bereich noch im Berufsleben für sich nutzen können.

Trotz Schulpflicht haben diese Menschen aufgrund besonderer biographischer, schulischer und sozialer Umstände das Bildungssystem ohne grundlegende Kenntnisse im Lesen, Schreiben und Rechnen verlassen. Menschen mit Lese- und (Recht-) Schreibschwächen verbergen häufig ihre Schwierigkeiten. Sie leben in steter Sorge, ihr Problem könnte erkannt werden. Sie befürchten, bloßgestellt zu werden oder ihren Arbeitsplatz zu verlieren. Daher ist eine große Hemmschwelle zu überwinden, um ein Erstberatungsgespräch zu vereinbaren und sich anschließend zum Kurs anzumelden.

Die „Level one“-Studie (leo)

Für Deutschland stellte sich auch im Rahmen der Weltalphabetisierungsdekade der Vereinten Nationen die Notwendigkeit, die tatsächliche Größenordnung des Analphabetismus in Deutschland wissenschaftlich zu ermitteln. Ziel der Dekade (2003 bis 2012) ist es, die Anzahl der Menschen, die nicht ausreichend lesen und schreiben können, weltweit zu halbieren und jedem Menschen eine Grundbildung zu ermöglichen. Für Industrieländer wie Deutschland bedeutet dies unter anderem, vorhandene Bildungsbenachteiligungen zu erkennen und abzubauen und die Prävention und Bekämpfung von Analphabetismus zu verbessern. Mit der Studie liegen nun zum ersten Mal nationale, belastbare und differenzierte Daten zur Literalität - also der Fähigkeit, mit Schrift lesend und schreibend, sinnentnehmend und sinnproduzierend umzugehen - im Level One, dem untersten Kompetenzniveau im Lesen und Schreiben, vor.

Per Zufallsauswahl wurden mehr als 7.000 Personen im Alter zwischen 18 und 64 Jahren befragt. Für „leo“ wurde diese Zahl um eine Zusatzstichprobe von 1.350 Personen im unteren Bildungsbereich ergänzt.

ich-will-lernen.de

Über 400.000 Lernende besuchen Alphabetisierungsportal

Irgendwo in der Bundesrepublik Deutschland sitzt in diesem Moment ein Erwachsener am Computer und lernt im Internet Lesen und Schreiben. Seit Beginn des Alphabetisierungsportals www.ich-will-lernen.de im September 2004 haben sich insgesamt über 400.000 Lernende online angemeldet.

Das Lernportal ist ein Projekt des Deutschen Volkshochschul-Verbandes e.V. (DVV). Dank Förderung des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF) sind die Online-Kurse für Nutzer kostenlos. Sie werden von Online-Tutoren begleitet und bleiben auf Wunsch anonym.

Das mehrfach ausgezeichnete Alphabetisierungsportal www.ich-will-lernen.de wird vom Deutschen Volkshochschul-Verband e.V. schrittweise zu einem umfassenden Grundbildungsangebot ausgebaut. Auf den Lernbereich „Lesen und Schreiben“ folgte „Rechnen“. Zur Förderung der Abschluss- und Beschäftigungsfähigkeit werden Lernende auch in den Bereichen Deutsch, Mathematik und Englisch online unterstützt. Ein zusätzliches Angebot bieten Übungen zum berufsbezogenen Lernen sowie der neue Lernbereich „Leben und Geld“.

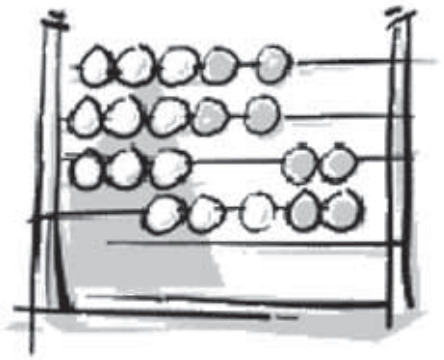
Rechnen von Anfang an

Die Kursreihe „Basiswissen Mathematik“ bietet eine grundlegende Einführung ins Rechnen und eine Auffrischung mathematischer Grundkenntnisse. Die Kurse (1 U-Tag, 4 U-Stunden) können sowohl einzeln als auch als Gesamtkurs gebucht werden.

Der Einzelkurs kostet 5,00 €. Wenn Sie alle Kurse zusammen als „Paket“ buchen, kosten sie 25,00 €.
Es sind keine Ermäßigungen möglich.

Es werden Kurse in folgenden Themenbereichen angeboten:
- (Kurs 1) Plus und Minus
- (Kurs 2) Mal und Geteilt
- (Kurs 3) Prozent und Bruch
- (Kurs 4) Gewicht, Zeit, Länge
- (Kurs 5) Fläche, Umfang, Rauminhalt
- (Kurs 6) Dreisatz

Im Kurs wird Ihnen der Rechenvorgang anschaulich dargestellt. Sie üben und festigen Ihr Wissen an konkreten Beispielen.
Sie wollen zum Beispiel
- Preise und Tarife vergleichen,
- das günstigste Angebot ausfindig machen,
- den neuen Fußbodenbelag berechnen,
- sich nicht nur auf den Taschenrechner verlassen,
- Aha-Erlebnisse,
- Ihrem Kind bei den Hausaufgaben helfen,
- eine Prüfung bestehen,
- mit Bruchstücken etwas anfangen können,
- Ihren Puls ermitteln,
- ein Kochrezept umrechnen,
- Ihren Radius erweitern,
- mit Geld umgehen können
- usw.



Dann sind Sie in diesen Kursen richtig!

Bei Fragen zu diesen Kursen rufen Sie bitte Frau Witte unter der Telefonnummer 04242 976-4067 an. Bei Interesse werden vertiefende Kurse angeboten.

Kurse in Syke

Alte Posthalterei, Nienburger Str. 5 - Bitte erfragen Sie die Termine, Tel. 04242 976-4067

Kurs 1: Plus und Minus

Kurs 2: Mal und Geteilt

Kurs 3: Prozent und Bruch

Kurs 4: Gewicht, Zeit, Länge

Kurs 5: Fläche, Umfang, Rauminhalt

Kurs 6: Dreisatz

Kurse in Diepholz

Alte Realschule, Bahnhofstr. 11 - Bitte erfragen Sie die Termine, Tel. 04242 976-4067

Kurs 1: Plus und Minus

Kurs 2: Mal und Geteilt

Kurs 3: Prozent und Bruch

Kurs 4: Gewicht, Zeit, Länge

Kurs 5: Fläche, Umfang, Rauminhalt

Kurs 6: Dreisatz

Anmeldungen

So können Sie sich anmelden:

Für Vorträge, Lesungen, Ausstellungen
- keine Anmeldung erforderlich, soweit nicht anders angegeben

Für Bildungsurlaubsveranstaltungen, Studienreisen, Ganztags- oder Mehrtagesveranstaltungen, Veranstaltungen mit Unterkunft und Verpflegung
- schriftlich
- per Fax
- E-Mail
- Internet

Für alle übrigen Veranstaltungen
- mündlich
- telefonisch
- schriftlich,
- Fax
- E-Mail
- Internet

Teilnahmebescheinigungen

Sie erhalten auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung:
- Standardbescheinigung kostenlos
- Sonderbescheinigungen 2,50 €
- Qualifizierte Bescheinigungen 5,00 €

Ermäßigungen

Wir gewähren Entgeltermäßigungen in der Regel Schülern/-innen, Auszubildenden, Studenten/-innen, Wehr- und Ersatzdienstleistenden, Personen im „freiwilligen Jahr“, Empfängern von Arbeitslosengeld I 50 %; Empfängern von Arbeitslosengeld II 80 %.

Dies setzt voraus, dass Teilnehmende die Ermäßigung beantragen und Nachweise vorlegen.

Die Ermäßigung gilt nur für das Unterrichtsentgelt. Sie bezieht sich nicht auf Teilnahmematerialien, Prüfungsgebühren, Verpflegung und Unterkunft und sie betrifft keine Studienreisen, Auslands-Bildungsurlaube, Vorträge sowie Veranstaltungen, bei denen dies gesondert festgelegt ist. Beanspruchen Teilnehmende Zuschüsse von dritter Seite, ist eine Ermäßigung ebenfalls nicht möglich.

Abmeldung, Entgelterstattung, Bearbeitungsgebühr

Kommt eine Veranstaltung nicht zustande, erstatten wir das bereits gezahlte Entgelt.

Das Entgelt ist nicht zu zahlen, wenn sich Teilnehmende rechtzeitig vor Anmeldeschluss schriftlich abmelden. Bitte beachten Sie diese Regelungen:

Abmeldung

Bildungsurlaubsveranstaltungen und Veranstaltungen mit Unterkunft und Verpflegung
- 6 Wochen vor Beginn, wenn keine anderen Fristen angegeben sind.

Auslands-Bildungsurlaub
- Wie in den gesonderten Vereinbarungen festgelegt.

Studienreisen
- Hier gelten die Rücktrittsbedingungen der Reiseveranstalter, da die VHS nur als Vermittlerin auftritt.

Lehrgänge oder Veranstaltungen 2. Bildungsweg
- Wie in den gesonderten Bedingungen in Anmeldeformularen und Verträgen festgelegt.

Alle anderen Veranstaltungen
- 10 Tage vor Beginn (soweit nichts anderes angegeben).

Ausnahmen - z. B. Vorlage einer ärztlichen Bescheinigung - sind nicht möglich. Das Fernbleiben gilt nicht als Abmeldung. Auch ist eine Abmeldung beim Dozenten/bei der Dozentin nicht möglich. Die schriftliche Abmeldung ist an die VHS-Geschäftsstelle zu richten. Das Teilnahmeentgelt ist auch nicht zu entrichten, wenn der/die ursprünglich Teilnehmende eine Ersatzperson stellt, die bisher nicht angemeldet ist.

Die Bearbeitung ist mit einem Verwaltungsaufwand verbunden. Wir berechnen daher für alle Veranstaltungen eine Bearbeitungsgebühr von 6,00 €. Wenn das Teilnahmeentgelt weniger als 6,00 € beträgt, ist die Bearbeitungsgebühr auf diesen Betrag begrenzt.

Die Bearbeitungsgebühr ist bereits im Teilnahmeentgelt enthalten; sie wird erst fällig, wenn sich Teilnehmende - im Rahmen der vorgegebenen Fristen - von einer Veranstaltung abmelden.

Teilnahmeentgelte

Die Teilnahmeentgelte richten sich nach der jeweils gültigen Entgeltordnung der VHS des Landkreises Diepholz bzw. den Angaben im Programmheft.

Fälligkeit der Entgelte und Abbuchung

Das Teilnahmeentgelt wird grundsätzlich mit der Anmeldung, bei Veranstaltungen, bei denen eine Anmeldung nicht erforderlich ist, mit dem Besuch fällig.
Unregelmäßiger Besuch einer Veranstaltung oder vorzeitiger Abbruch führen grundsätzlich nicht zu einer Verminderung des Entgelts.
Die Entgelte werden mit Einzugsermächtigung zum Veranstaltungsbeginn abgebucht. Wenn Teilnehmende eine Rechnung wünschen, berechnen wir hierfür 2,00 €.

Kleingruppenregelung

Die Entgelte beziehen sich in der Regel auf 10 Teilnehmende. Wenn sich mindestens 7 Personen angemeldet haben, kann eine Kleingruppe eingerichtet werden. Das Entgelt für Kleingruppen ist bei den Veranstaltungen im Programmheft genannt.

Datenschutz

Wir speichern die persönlichen Daten der Teilnehmenden; dabei achten wir auf die Bestimmungen des Datenschutzes.
Name und genaue Anschrift der Teilnehmenden benötigen wir für die Anmeldung. Die Daten der Bankverbindung sind erforderlich, um das Lastschriftverfahren abzuwickeln. Die Telefonnummer ist für organisatorische Zwecke hilfreich.
Angaben zu Geschlecht und Alter sind freiwillig, für statistische Zwecke aber erwünscht.

Gerichtsstand

Erfüllungsort und Gerichtsstand ist Syke.

Die VHS ist bestrebt, alle Veranstaltungen so anzubieten, dass auch Behinderte problemlos teilnehmen können. Dies ist in Einzelfällen nicht immer möglich. Bitte informieren Sie uns rechtzeitig, damit wir eine Lösung finden können.

Betriebsausschuss der VHS des Landkreises Diepholz

Der Betriebsausschuss nimmt innerhalb des Eigenbetriebs wichtige Steuerungs- und Kontrollaufgaben wahr.

Mitglieder

Peter Schmitz	Kreistagsabgeordneter, SPD - Ausschussvorsitzender
Susanne Cohrs	Kreistagsabgeordnete, SPD - stellv. Ausschussvorsitzende
Cord Bockhop	Landrat
Jutta Filikowski	Kreistagsabgeordnete, Bündnis 90 / Die Grünen
Konrad Fröhlich	VHS-Arbeitsstellen-Vertretung
Wolfgang Griese	Kreistagsabgeordneter, CDU
Edith Heckmann	Kreistagsabgeordnete, CDU
Rolf Husmann	Kreistagsabgeordneter, FDP
Frank Jakob	Arbeitnehmer/-innenvertreter
Gunda Manke	VHS-Arbeitsstellen-Vertretung
Hermann Schröder	Kreistagsabgeordneter, Freie Wähler (Grundmandat)
Frank Seidel	Kreistagsabgeordneter, SPD
Dietrich Struthoff	Kreistagsabgeordneter, CDU
Horst Wiesch	Bürgermeister, Vorsitzender des Kuratoriums

Kuratorium

Mitglieder

Horst Wiesch	Vertretung für Bürgermeister im Landkreis - Vorsitzender
Dr. Harald Behrens	Vertretung für Bürgermeister im Landkreis
Dr. Rainer Beßling	Kulturredakteur der Verlagsgruppe Kreiszeitung
Hartmut Bloch	Vertretung für Bürgermeister im Landkreis
Christine Gaumann	Vertretung für Gleichstellungsbeauftragte im Landkreis
Günter Günnemann	Vorstandvorsitzender Kreissparkasse Syke
Doris Hermenau	VHS-Arbeitsstellen-Vertretung
Prof. Dr. Peter Junglas	Prof. für Physik/Informatik (FH) an der FHWT Vechta/Diepholz/Oldenburg
Heiner Kortejohann	Dozenten/-innenvertreter
Gerhard Kropf	VHS-Arbeitsstellen-Vertretung
Ute Lüßmann	Direktorin Gymnasium Sulingen
Birgit Struthoff	VHS-Arbeitsstellen-Vertretung
Heinrich Warneke	Dozenten/-innenvertreter

Dozenten/-innenvertretung

Heinrich Warneke, Tel. 04203 1742
Heiner Kortejohann, Tel. 04433 9688017

Impressum

Herausgeberin	VHS des Landkreises Diepholz
Vorlagen-Erstellung	Thomas Lagies - VHS Landkreis Diepholz
Umschlag	Titelbild-Gestaltung: Thomas Lagies
Druck	Kreiszeitung Syke, Druckhaus Walsrode
Auflage	26.000

Inserenten

Wir bitten Sie um Beachtung unserer Anzeigenkunden.

AOK	157
Art Creativ Fachmarkt	135
BBVA	33
Stiftung Bethel	101
Buchhandlung Schüttert	37/53/59
Color Druck	19
Ernährungsberatung Knipper	187
EUROPA-UNION	79
Freiwilligenagentur Syke	51
Grüntraum	89/131
Kreismedienzentrum	9
Kreismuseum	12
Kreismusikschule	10
Kreissparkasse Syke	U 2
Neumann Immobilien	91
Niedersächsisches Landvolk	87
Per Pedal	50
Reformhaus Ebken	189
Reisekunst Osnabrück	83
Rund ums Syker Rathaus e. V.	52
Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen	31
Sprachlos e. V.	61/182
Stuhr Kultur	41
VILSA	U 4
Volksbank	U 3
Windwärts	85
Windpark Barbusch	33

VHS des Landkreises Diepholz
Nienburger Str. 5, 28857 Syke
Tel. 04242 976-4444 und 976-4075 - Fax 04242 976-4942

Anmeldung

Ich melde mich verbindlich zu den genannten Veranstaltungen an. Die im Programmheft festgelegten Teilnahmebedingungen erkenne ich an. Soweit im Programmheft ausgewiesen, wird bei weniger als 10 Teilnehmenden der Kleingruppenpreis erhoben.

Veranstaltungsnummer ..... Kurztitel .....

Beginn ..... Entgelt ..... € Material-/Nebenkosten ..... €

☐ Kleingruppenpreis möglich (7 - 9 Teilnehmende), bei Einverständnis ankreuzen

---

Veranstaltungsnummer ..... Kurztitel .....

Beginn ..... Entgelt ..... € Material-/Nebenkosten ..... €

☐ Kleingruppenpreis möglich (7 - 9 Teilnehmende), bei Einverständnis ankreuzen

---

Veranstaltungsnummer ..... Kurztitel .....

Beginn ..... Entgelt ..... € Material-/Nebenkosten ..... €

☐ Kleingruppenpreis möglich (7 - 9 Teilnehmende), bei Einverständnis ankreuzen

Name, Vorname ..... Geburtsdatum .....

Straße, Hausnummer ..... weiblich ☐ männlich ☐

Postleitzahl, Ort .....

Telefon tagsüber ..... Telefon privat .....

E-Mail .....

Datum der Anmeldung .....

Unterschrift .....

Bei Mehrtagesveranstaltungen (Bildungsurlaub, Wochenendseminare)

Ich wünsche Übernachtung ☐ ja ☐ nein

Einzelzimmerzuschlag ☐ ja ☐ nein

Ich wünsche eine Bildungsurlaubsbescheinigung ☐ ja ☐ nein

Ich suche ☐ ich biete ☐ PKW-Mitfahrgelegenheit

Ich bin beschäftigt in ☐ Niedersachsen

☐ Bremen

☐ .....

Teilnahmeentgelt

☐ Einzugsermächtigung

☐ gegen Rechnung zuzüglich 2,00 €

Geldinstitut ..... Konto-Nr. ..... Bankleitzahl .....

Name des Kontoinhabers / der Kontoinhaberin, falls von oben abweichend .....

Mit dem Bankeinzug bin ich einverstanden.
Datum - Unterschrift des Teilnehmers/der Teilnehmerin .....

A

Abendschulen (auch Abitur) 261, 262
Abitur *siehe Abendschulen*
Abnehmen 185
Access *siehe Datenbank*
Aerobic 180
Afrika 16, 18
Agenda 21 64, 65
Ahnenforschung 77
Allergien 159
Alltagsbewältigung 68
Alphabetisierung 205, 265 - 267
Alter 69, 90, 154
Altersvorsorge 90
Anatolien 17
Andalusien 80
Anmeldeformular 270
Apple 232, 233
Arnim, Bettina von 124
Ausstellungen 25, 70, 120, 128
AutoCAD 244
Autogenes Training 162

B

Bachblüten 161
Baltikum 79, 80
Basis-Zertifikat 228
Bauen 77, 86
Baumschnitt 88, 89
Bayern 78
Beckenbodentraining 178
Berlin 78
Berufsrückkehrer/-innen 236
Betreuung(sverfügung) 90
Betriebsausschuss der VHS 269
Betriebsbesichtigungen 74 - 76, 125 - 129
Beziehungen 94, 103, 104, 107
Betriebssystem *siehe Windows, Unix, Linux*
Bildbearbeitung, digitale 248 - 250
Bildhauerei 117, 137, 138
Bildung auf Bestellung 228
Bildungsurlaub (Übersicht) 20
Bildung und Teilhabe (BuT) 264
Biografiearbeit 96, 129
Blauer Reiter 128
BNVHS 257
Boxen 68
Bremen 18, 19, 76, 128, 129
Bridge 113
Buchbinderei 118, 126
Buchführung 250 - 252
Bürgergesellschaft 64, 65
Bürgerfunk 66
Burnout 156, 157

C

CAD 244, 245
Chagall 126
China 17
Chinesisch 199
Corel Draw 245

D

Dänisch 199
Danse Vita 182
Darß 85
Datenbank 242
Datensicherheit 235
Datensicherung 235
Demenz 154, 155
Demografischer Wandel 69
Demokratieführerschein 262
Depression 154
Deutsch als Fremd-/Zweitsprache 203 - 206
Deutsches Museum München 78
Diebstahl 112
Diepholzer Kolloquium 84
Donau-Metropolen 81
Dozentenvertretung 269

E

Ebay 246, 247
EDV-Einführungen 230 - 235
Einbürgerung 66
Elektrofahrrad 112
ELFEN 64
Energieeffizienz 86
Englisch 207 - 215
Entspannung 172 - 176
Entwicklungshilfe 16
Erben, Vererben 91
Ernährungsfragen 109, 158, 159, 176, 185, 186
Erste Hilfe 101, 153
Erzähl-Café 76
Erzählen 126
Erzieher/-in, Fortbildung für 94 - 96
Europa 79
Europäischer ComputerPass *siehe Xpert*
Europäischer Referenzrahmen 196 - 197
euZBQ 228
Excel *siehe Tabellenkalkulation*
Exkursionen (Übersicht) 21

F

Fachtag für Erzieher/-innen 96
Fachwerk 77
Familienberater, Systemischer 97
Familienbildung 92 - 94
Farb- und Stilberatung 150
Feldenkrais 156, 164, 165, 176
Feng Shui 89
Film 129
Filzen 119, 147, 148
Finanzbuchhalter/-in 251
Finnisch 216
Firmenschulungen 228
Fitness 176 - 181
Fledermäuse 86
Fossilien 84, 85
Fotografie 118, 140 - 144, 248 - 250
Französisch 216 - 217
Frauengesprächskreise 67, 68, 107
Freiwilliger Müller 75
Freudenburg 8

G

Gästeführungen 73 - 75
Garten/-gestaltung 86 - 89
Gebärdensprache 94, 202
Geburt 105
Gedächtnistraining 156
Gefühl 105
Genealogie 77
Genogramm-Arbeit 97
Geologie 84, 85
Geschichtswerkstatt 70 - 72
Gewalt/-prävention 68
Globalisierung 14 - 19
Gong 129, 174
Griechisch 218
Grundbildung 265 - 267

H

Häkeln 147
Hallig 85
Handy 254
Hansestädte 78
Hauptschule 261
Haus der kleinen Forscher 98, 99
Haus des Reichs 128
Haustiere 114
Haut 19, 150, 157
Heilkräuter 159 - 161, 186
Heimat 70 - 77
Heimatgeschichte 70 - 75, 77, 109
Hiddensee 78
Hören 158
Holzschnitt 117
Homepage-Erstellung 247
Homöopathie 159
Hoppe, David Heinrich 72
Hypnose 157

I

Identität, Kulturelle 16, 68
Imkerei 86
Impressum 269
Indien 18
Inklusion 66
Inserentenverzeichnis 269
Integration 66
Integrationskurse 204 - 206
Interkulturelles 16, 66, 67, 96
Internet 245 - 247
Inventor 244
Island 82
Israel 80
Italien 80, 82, 83
Italienisch 218, 219

J

Japanisch 220
Junge VHS 69, 134, 171, 182, 232

K

Kalligrafie 118, 136, 137
Kanada 80
Kindertagespflege 100 - 102
Kindeswohlgefährdung 95
Kleinstkindpädagogik 92, 96
Klimawandel 19, 109
Klöppeln 145
Knigge 113
Kochen 186 - 194
Kolonialgesellschaft 17
Kommunikation 94, 103 - 106
Konfliktbewältigung 104, 106, 107
Korbflechten 139
Korrespondenz 256
Kosmetik 150
Kranich(zug) 85
Kreismuseum 12, 13
Kreismusikschule 10, 11
Kriegs- und Nachkriegszeit 70
Kunstgeschichte 83, 126 - 128
Kuratorium der VHS 269

L

Lehrerfortbildung 263
Leitbild der VHS 7
Lernförderung 264
Lesungen/Übersicht 22 - 34, 121 - 124, 201
Lettisch 220
Lexware 251, 252
Literatur/Gesprächskreise 16, 121 - 124
Lohn- und Gehaltsabrechnung 251

M

Mac 232, 233
Madeira 82
Malen 118, 19, 131 - 136
Manessier, Alfred 126
Medienzentrum 9
Meditation 108, 174
Menschenrechte 15
Menschenwürde 15
Migration 66 - 68, 107
Minna meets Mats 95
Mitarbeiterfortbildung 5, 152, 263
Mitlernkurse 259
Moor 73, 86
Mosaik 139
Müller, Freiwilliger 75
Musik 129

N

Nähen 148 - 150
Namibia 18
Nanas 137
Naturheilkunde 159
Navigation 112
Nepal 18
Nichtabiturienten-Prüfung 262
Niederländisch 220
nifbe 100
Nordic Walking 181
Nordwest-Region 15
Norwegisch 220

O

Offene Hochschule 262
Offener Kanal *siehe Bürgerrundfunk*
Office 236 - 243
One Note 243
Orientalischer Tanz 184
Ostpreußen 83
Outlook 243

P

Papierkunst, -collagen 116, 117, 137, 138
Patchwork 148
Patientenverfügung 90
Persönlichkeit 105 - 108
Pflege 155
Pflegeversicherung 155
Philosophie 109
Pilates 173, 175 - 177
Pilgern 109
Plattdeutsch 200, 201
Polen 82
Polnisch 221
Portugal 81
Portugiesisch 221
Potsdam 78
Powerpoint *siehe Präsentation*
Präsentation 242, 243
Prävention 67, 68
Progressive Muskelentspannung 172
Projektmanagement, PROJECT 244
Psychische Erkrankungen 95, 154, 155
Puppenspiel 94

Q

Quadrat 132
Qi Gong 154, 163, 164

R

Radio Bremen 129
Raumfahrt 74
Realschule 261
Rechnen 267
Rechnungswesen 250 - 252
Rechtschreibung 256
Reiten 108
Religion 109, 110
Reiki 162
Rhetorik 103
Rheuma 161
Rücken/-schule 161, 176 - 179
Russisch 222

S

SAP 252 - 254
Schach 113
Schmieden 118, 138
Schnitzen 138
Schreibtechnik 255
Schreibwerkstatt 116
Schulabschlüsse 259 - 261
Schulakademie 69
Schul-Kooperation 76
Schwedisch 222
Scrapbooking 144
Selbsterfahrung 160
Selbstverteidigung 181, 182
Seniortrainer/-in 64
Shiatsu 161
Sicherheit 98
Skandinavien 16
Smartphone 254
Social media 247
Sommer-Akademie 116 - 119
Spanien 80, 81
Spanisch 223 - 226
Spiele 113
Spinnen 145
Sportbootführerschein 110, 111
Sportfischerei 112
Sportgeschichte 72
Sprachförderung 96
SQL 245
Stempel herstellen 136
Steuererklärung 90, 250
Stimme 126, 129
Stoffwechsel 158
Straßenverkehr 112
Stress/Anti-Stress 108, 162, 172 - 175
Stricken 146, 147
Studienreisen (Übersicht) 21, 82, 83
Studieren ohne Abitur 262
Studium-Finanzierung 91
Supervision 97

T

Tabellenkalkulation 238 - 241
Tagesschulen 261, 262
Taijiquan (Tai Chi Chuan) 165
Tanz 144, 145, 182 - 184
Taping 161
Tastschreiben 255
Teilnahmebedingungen der VHS 268
Testament 91
Textiles Gestalten 119
Textverarbeitung 237, 238
Theater/-spiel 125
Töpfern 117, 127, 140
Trauer/-arbeit 104, 105
Trenkwalder, Emil 127
Trennung 103, 104
Trio Kulturell 123
Türkei 17, 79
Türkisch 226

U

Ungarn 68, 83
Unternehmerinnen-Arbeitskreis 90
Unternehmer-Führerschein 250
USA 17
Usedom 78

V

Verhaltensauffälligkeit 93
Verkehrssicherheit 112
VHS-Concept 96, 97
Video-Schnitt 233
Visio 244
Visual Basic 244
Vogelbeobachtung 85, 86
Vorsorgevollmacht 90, 91
Vorträge (Übersicht) 22 - 24

W

Walking 181
Wassergymnastik 184, 185
Wechseljahre 160
Weltfrauentag 66
Weltpolitik 16
Wendo 182
Werbung 250
Windows 234 - 236
Wintersport 180
Wirbelsäule 161, 176 - 178
Wols 127
Word *siehe Textverarbeitung*

X

Xpert 229

Y

Yoga 166 -171, 173

Z

Zaubern 134
Zeichnen 116, 119, 130, 131
Z-Kurs 262
Zukunftswerkstatt 66
Zumba 183
Zweiter Bildungsweg 258 - 267